

***PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* PADA KELUARGA MISKIN
DI WILAYAH KECAMATAN RANDUDONGKAL
KABUPATEN PEMALANG**

SKRIPSI

Dosen Pembimbing:

Hj. Wening Wihartati, S.Psi., M.Si.

Dewi Khurun Aini, M.A.

Diajukan kepada

UIN Walisongo Semarang

Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan dalam
Menyelesaikan Gelar Sarjana Psikologi (S.Psi.)



Hauzaani Nazhiif Albahiy

2007016059

**JURUSAN PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN
UIN WALISONGO SEMARANG**

2025

LEMBAR PENGESAHAN



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN
JURUSAN PSIKOLOGI

Jl. Prof. Hamka (Kampus III) Ngaliyan, Semarang 50185, Telp. 76433370

LEMBAR PENGESAHAN

Judul : **PSYCHOLOGICAL WELL-BEING PADA KELUARGA
MISKIN DI WILAYAH KECAMATAN RANDUDONGKAL
KABUPATEN PEMALANG**

Penulis : Hauzaani Nazhiif Albahiy

NIM : 2007016059

Jurusan : Psikologi

Telah diujikan dalam sidang *munaqosah* oleh Dewan Penguji Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo dan dapat diterima sebagai salah satu syarat memperoleh gelar sarjana dalam ilmu Psikologi.

Semarang, 26 Juni 2025

Dewan Penguji

Ketua Sidang / Penguji

Dewi Khurun Aini, M.A.
NIP. 198605232018012002

Sekretaris / Penguji

Hj. Wening Wihartati, S.Psi., M.Si.
NIP. 197711022006042004

Penguji Utama I

Aldila Dyan Nurfitri, S.Psi., M.Si.
NIP. 199110262022032001

Penguji Utama II

Hj. Siti Hikmah, S.Pd., M.Si.
NIP. 197502052006042004

Pembimbing I

Hj. Wening Wihartati, S.Psi., M.Si.
NIP. 197711022006042004

Pembimbing II

Dewi Khurun Aini, M.A.
NIP. 198605232018012002

PERNYATAAN KEASLIAN

PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Hauzaani Nazhiif Albahiy
NIM : 2007016059
Program Studi : Psikologi

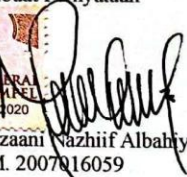
Menyatakan bahwa skripsi yang berjudul:

***PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* PADA KELUARGA MISKIN
DI WILAYAH KECAMATAN RANDUDONGKAL
KABUPATEN PEMALANG**

Secara keseluruhan adalah hasil penelitian/karya ilmiah saya sendiri kecuali bagian tertentu yang dirujuk sumbernya.

Semarang, 19 Juni 2025

Pembuat Pernyataan


Hauzaani Nazhiif Albahiy
NIM. 2007016059



PERSETUJUAN PEMBIMBING I



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN
Jl. Prof. Hamka (Kampus III) Ngaliyan, Semarang 50185, Telp. 76433370

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Assalamu'alaikum. wr. wb.

Dengan ini diberitahukan bahwa saya telah melakukan bimbingan, arahan dan koreksi naskah skripsi dengan judul sebagai berikut.

Judul : *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* PADA KELUARGA MISKIN DI
WILAYAH KECAMATAN RANDUDONGKAL KABUPATEN
PEMALANG

Nama : Hauzaani Nazhiif Albahiy

NIM : 2007016059

Jurusan : Psikologi

Saya memandang bahwa naskah skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo untuk diujikan dalam Ujian Munaqosah.

Wassalamu'alaikum. wr. wb.

Mengetahui
Pembimbing I,

Hj. Wening Wihartati, S.Psi., M.Si.
NIP. 19771102 200604 2 004

Semarang, 22 Mei 2025
Yang bersangkutan

Hauzaani Nazhiif Albahiy
NIM 2007016059

PERSETUJUAN PEMBIMBING II



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN
Jl. Prof. Hamka (Kampus III) Ngaliyan, Semarang 50185, Telp. 76433370

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Assalamu 'alaikum. wr. wb.

Dengan ini diberitahukan bahwa saya telah melakukan bimbingan, arahan dan koreksi naskah skripsi dengan judul sebagai berikut.

Judul : *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* PADA KELUARGA MISKIN DI
WILAYAH KECAMATAN RANDUDONGKAL KABUPATEN
PEMALANG

Nama : Hauzaani Nazhiif Albahiy

NIM : 2007016059

Jurusan : Psikologi

Saya memandang bahwa naskah skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo untuk diujikan dalam Ujian Munaqosah.

Wassalamu 'alaikum. wr. wb.

Mengetahui
Pembimbing II,

Dewi Khurun Aini, M. A.

NIP. 1986052 3201801 2 002

Semarang, 22 Mei 2025

Yang bersangkutan

Hauzaani Nazhiif Albahiy

NIM 2007016059

KATA PENGANTAR

Segala puji dan rasa syukur yang mendalam penulis panjatkan kepada Allah SWT. Alhamdulillah atas segala pertolongan dan ridho-Nya, penulis mampu menyelesaikan proses penyusunan skripsi dengan judul “*Psychological well-being* pada keluarga miskin di wilayah Kecamatan Randudongkal Kabupaten Pemalang” sebagai salah satu syarat kelulusan untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi dari Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang.

Dalam proses penyusunan skripsi ini, penulis menyadari bahwa telah mendapatkan banyak dukungan, arahan, dan motivasi diri dari berbagai pihak. Dengan demikian, penulis ingin menyampaikan terima kasih yang setulus-tulusnya kepada orang-orang yang penulis kasihi dan hormati. Secara khusus saya ucapkan terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. Nizar Ali, M.Ag selaku Rektor Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang beserta jajaran.
2. Prof. Dr. Baidi Bukhori, M.Si. selaku Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang beserta jajaran.
3. Ibu Dewi Khurun Aini, M.A. selaku Ketua Jurusan Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang beserta jajaran, yang juga menjadi pembimbing kedua dan pembimbing Magang MBKM di Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Kota Semarang yang telah meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran untuk mendampingi, membimbing, dan mengarahkan penulis sehingga menyelesaikan skripsi ini.
4. Ibu Hj. Wening Wihartati, M.Si. selaku dosen wali sekaligus dosen pembimbing pertama yang telah memberikan bimbingan, dukungan, dan arahan sepanjang perjalanan penulis sebagai mahasiswa.
5. Ibu Aldila Dyas Nurfitri, S.Psi., M.Si. selaku penguji utama I munaqosah.
6. Ibu Hj. Siti Hikmah, S.Pd., M.Si. selaku penguji utama II munaqosah.

7. Seluruh Dosen Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang yang telah berkontribusi memberikan ilmu, bimbingan, dan arahan kepada penulis.
8. Seluruh Civitas Akademik Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang yang telah memberikan pelayanan dan fasilitas yang sangat mendukung.

Penulis menyadari dalam penyusunan skripsi ini masih terdapat kekurangan dan jauh dari kata sempurna. Sehingga, penulis mengharapkan saran dan masukan yang membangun demi kebaikan bersama, penulis juga berharap skripsi ini mampu membawa manfaat bagi pembaca dan pihak-pihak yang membutuhkan.

Semarang, 19 Juni 2025



Hauzaani Nazhiif Albahiy
NIM. 2007016059

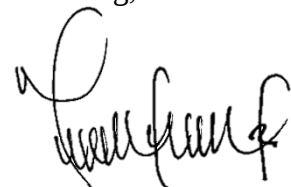
HALAMAN PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan kepada:

1. Bapak Muhidin, S.Ag. tercinta, sosok ayah yang selalu mengayomi keluarga. Ibu Muti'atun, S.Ag. (Almh) seorang yang sangat berarti dalam kehidupan penulis, seorang yang memiliki hati yang lapang dalam menerima segala kekurangan anak laki-lakinya, sosok ibu yang hebat dan luar biasa. Kemudian Ainun Nazilatul Ihda dan Dede Ari Ardiansyah sosok kakak yang sangat mendukung dan mengingatkan setiap proses penulis. Ayyasy Zaidani Afi sosok adik yang penulis sayangi dan Mysha Awahita Ardiyansah dan Nurra Arunyka Ardiyansah selaku keponakan penulis.
2. Musdalifah, S.Si selaku calon istri amat terkasih yang selalu mengingatkan, menyemangati dan memberikan segalanya untuk penulis sehingga penulis mampu menyelesaikan tugas akhir ini.
3. Keluarga besar Bani Munshorif bin Husni Temoroso Demak dan Keluarga besar Bani Sa'ad bin Reban Randudongkal Pemalang.
4. KH. Abdussalam Shohib selaku pengasuh Pondok Pesantren Mamba'ul Ma'arif Denanyar Jombang yang selalu mendoakan penulis.
5. Al-Mahgfurlah KH. Ahmad Asrori Al-Ishaqy selaku Mursyid Thariqah Qadiriyyah wan Naqsabandiyah Al-Utsmaniyah pendiri Jama'ah Al-Khidmah dan pengasuh Pondok Pesantren Al-Fithrah Kediding Surabaya.
6. Abah KH. Drs. Ahmad Baidlowi Abdusshomad selaku pengasuh Pondok Pesantren Salafiyah Al-Munawir Gemah Pedurungan Semarang yang selalu mendoakan, membimbing perjalanan hidup penulis dan selalu menjadi panutan dalam berperan menjadi tokoh masyarakat.
7. Terkhusus Ustadz Ali Demangan, Mas Agung TP, Mas Wahyu Abdan Tabah, Mas Ankumuriza, Ibu Eva Suryirowanti dan Pakde Warsono sekeluarga yang selalu memberikan doa dan mendukung.
8. Jamaah Mushola Baitul Jamil dan Jamaah Majelis Gerah Polo serta warga RT. 14 RW. 02 yang selalu memberikan doa dan dukungan.

9. Teman seperjuangan dan senasib, Khoirus Sabihin Wedung Demak yang selalu kebersamai dalam berbagai kondisi yang penulis alami di Semarang sejak masa awal perkuliahan sampai menulis tugas akhir.
10. Tim KKN Reguler 81 Posko 18 Desa Sragen dan Pemerintah Desa Sragen terkhusus Pak Kades Rokhmad, S.H. dan Pak Sekdes Isnaini Pamungkas Yunanto, serta 11 Kordes KKN Reguler 81 Kecamatan Tuntang Kabupaten Semarang.
11. Kelima subjek yang telah berkenan menjadi informan serta membagikan cerita pengalamannya yang luar biasa. Semoga Allah memudahkan urusan dan diberikan kekuatan dalam menjalani hidup.
12. Kementerian Sosial RI, TKSK Kecamatan Randudongkal, Camat Randudongkal Bapak Slamet Edy Riyanto, S.E., M.M. dan Pemdes Randudongkal Nur Cholik (Kasi Kesra), Gembyang Nur Suci Amaliyah (Sekretaris Desa), Kreyo Imam Mudin (Kepala Dusun I), Semingkir Yuli Santoso (Kasi Kesra), dan Karangmoncol Ali Mudzakir (Kasi Kesra) yang telah memberikan waktu dan segala bantuannya.
13. Semua pihak yang berarti bagi kehidupan penulis yang tidak dapat disebutkan satu persatu.

Semarang, 19 Juni 2025



Hauzaani Nazhiif Albahiy
NIM. 2007016059

MOTTO HIDUP

إِنَّ الدُّنْيَا دَارُ صِدْقٍ لِمَنْ صَدَقَهَا، وَدَارُ عَافِيَةٍ لِمَنْ فَهَمَ عَنْهَا، وَدَارُ غِيٍّ لِمَنْ تَزَوَّدَ مِنْهَا،
وَدَارُ مَوْعِظَةٍ لِمَنْ اتَّعَظَّ بِهَا

*“...Dunia ini adalah rumah kebenaran bagi mereka yang jujur terhadapnya,
rumah kesejahteraan bagi mereka yang memahaminya,
rumah kekayaan bagi mereka yang mengambil bekal darinya,
dan rumah nasihat bagi mereka yang memperhatikannya....”*

-Amirul Mukminin Sayyidina Ali bin Abi Thalib-

*“...Tuhanmu lebih tahu batas rasa sakit dan kesulitan yang boleh engkau tahan,
jangan sampai engkau menyerah saat selangkah lagi Tuhanmu menggantikan
kesulitan dengan sejuta keindahan...”*

-Hauzaani Nazhiif Albahiy-

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN	i
PERNYATAAN KEASLIAN	ii
PERSETUJUAN PEMBIMBING I	iii
PERSETUJUAN PEMBIMBING II	iv
KATA PENGANTAR.....	v
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	vii
MOTTO HIDUP.....	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
LAMPIRAN.....	xv
ABSTRACT	xvi
ABSTRAK	xvii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	8
D. Tujuan Penelitian	9
E. Manfaat Penelitian	9
F. Penelitian terdahulu.....	9
G. Orisinilitas Penelitian.....	14
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	16
A. <i>Psychological well-being</i>	16
1. Definisi <i>Psychological well-being</i>	16
2. Dimensi <i>Psychological well-being</i>	20
3. Faktor-faktor yang memengaruhi <i>psychological well-being</i>	23
4. <i>Psychological well-being</i> dalam perspektif Islam.....	27
5. <i>Psychological well-being</i> dalam perspektif Jawa.....	30
B. Kemiskinan	32
1. Definisi Kemiskinan.....	32

2. Faktor Penyebab Kemiskinan.....	34
3. Jenis Kemiskinan.....	35
4. Kemiskinan dalam perspektif Islam	35
BAB III METODE PENELITIAN	39
A. Desain Penelitian.....	39
B. Lokasi Penelitian.....	40
C. Sumber Data.....	40
1. Subjek Penelitian.....	40
2. Karakteristik Subjek	41
D. Teknik Pengumpulan Data.....	42
1. Observasi	42
2. Wawancara	43
E. Prosedur Analisis dan Interpretasi Data	46
F. Pengujian Keabsahan Data.....	48
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	50
A. Deskripsi Subjek	50
1. Proses Penemuan Subjek.....	50
2. Deskripsi Subjek.....	52
B. Hasil Temuan dan Analisis Data.....	54
1. Deskripsi Hasil Temuan	54
2. Analisis Hasil Temuan	100
3. Hasil Observasi.....	106
4. Pembahasan Hasil Penelitian.....	108
a. Dimensi <i>Self-acceptance</i> (penerimaan diri)	108
b. Dimensi <i>Positive relationship</i> (relasi positif).....	115
c. <i>Psychological well-being</i> perspektif Islam	123
d. <i>Psychological well-being</i> perspektif Kejawen	127
e. <i>Psychological well-being</i> berdasarkan Demografis	128
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	135
A. Kesimpulan	135
B. Saran.....	136

DAFTAR PUSTAKA	137
Daftar Riwayat Hidup	149
LAMPIRAN 1.....	150
LAMPIRAN 2.....	158
LAMPIRAN 3.....	173

DAFTAR TABEL

Tabel 1. 1 Persamaan dan perbedaan antara penelitian terdahulu	12
Tabel 1. 2 Keaslian penelitian.....	14
Tabel 3. 1 Panduan Observasi.....	43
Tabel 3. 2 Instrumen Wawancara.....	44
Tabel 4. 1 Jadwal Pertemuan Subjek	51
Tabel 4. 2 Identitas Subjek.....	53
Tabel 4. 3 Rekapitulasi Dinamika <i>Psychological well-being</i>	98
Tabel 4. 4 Hasil Observasi Subjek	106

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Konsep <i>Well-being</i> Psikologi Positif	17
Gambar 2. 2 Dimensi <i>Psychological Well-being</i>	23
Gambar 2. 3 Faktor <i>Psychological Well-being</i>	26
Gambar 2. 4 Kerangka Berpikir Penelitian.....	38
Gambar 4. 1 Skema Dinamika <i>Psychological Well-Being</i> Subjek IP.....	62
Gambar 4. 2 Skema Dinamika <i>Psychological Well-Being</i> Subjek SF	71
Gambar 4. 3 Skema Dinamika <i>Psychological Well-Being</i> Subjek SR.....	80
Gambar 4. 4 Skema Dinamika <i>Psychological Well-Being</i> Subjek MJ	89
Gambar 4. 5 Skema Dinamika <i>Psychological Well-Being</i> Subjek SM.....	97

LAMPIRAN

Lampiran 1. 1 Panduan Wawancara.....	151
Lampiran 1. 2 Panduan Observasi	155
Lampiran 1. 3 Jadwal Pelaksanaan Penelitian	156
Lampiran 2. 1 Lembar Informasi	159
Lampiran 2. 2 Lembar Subjek I	163
Lampiran 2. 3 Lembar Subjek II	165
Lampiran 2. 4 Lembar Subjek II	167
Lampiran 2. 5 Lembar Subjek IV	169
Lampiran 2. 6 Lembar Subjek V	171
Lampiran 3. 1 Verbatim Wawancara Subjek I.....	174
Lampiran 3. 2 Verbatim Wawancara Subjek II	180
Lampiran 3. 3 Verbatim Wawancara Subjek III	189
Lampiran 3. 4 Verbatim Wawancara Subjek IV	198
Lampiran 3. 5 Verbatim Wawancara Subjek V	207
Lampiran 3. 6 Verbatim Wawancara Pendukung Subjek I.....	214
Lampiran 3. 7 Verbatim Wawancara Pendukung Subjek II	218
Lampiran 3. 8 Verbatim Wawancara Pendukung Subjek III	222
Lampiran 3. 9 Verbatim Wawancara Pendukung Subjek IV	226
Lampiran 3. 10 Verbatim Wawancara Pendukung Subjek V	229
Lampiran 3. 11 Tabel Horisonalisasi Subjek I (IP).....	233
Lampiran 3. 12 Tabel Horisonalisasi Subjek II (SF)	237
Lampiran 3. 13 Tabel Horisonalisasi Subjek III (SR).....	245
Lampiran 3. 14 Tabel Horisonalisasi Subjek IV (MJ)	253
Lampiran 3. 15 Tabel Horisonalisasi Subjek V (SM).....	262
Lampiran 3. 16 Tabel Unit Makna Subjek I (IP)	269
Lampiran 3. 17 Tabel Unit Makna Subjek II (SF)	271
Lampiran 3. 18 Tabel Unit Makna Subjek III (SR)	273
Lampiran 3. 19 Tabel Unit Makna Subjek IV (MJ).....	275
Lampiran 3. 20 Tabel Unit Makna Subjek V (SM)	277
Lampiran 3. 21 Foto atau Data Pendukung.....	279
Lampiran 3. 22 Surat Izin Riset/Penelitian	281
Lampiran 3. 23 Surat Dinas Sosial Kabupaten Pematang	282
Lampiran 3. 24 Surat FK-TSKS Kementerian Sosial RI	283

PSYCHOLOGICAL WELL-BEING OF POOR FAMILIES IN RANDUDONGKAL DISTRICT PEMALANG

Hauzaani Nazhiif Albahiy

ABSTRACT

Poverty is a very complex problem, especially from a psychological perspective. The effort to create good mental health is to achieve well-being, which is the hope for those affected as extreme poor families. Therefore, there are some extreme poor families who experience psychological problems that prevent these extreme poor families from achieving psychological well-being. In achieving psychological well-being, at least two dimensions of self-acceptance and positive relationships are needed as a basic foundation to be able to achieve psychological well-being. This study used a qualitative research method with a phenomenological approach using descriptive phenomenological analysis on five subjects from the Randudongkal District area of Pemalang Regency. Participant selection using purposive sampling method. Data were collected using structured interview and observation methods and presented in descriptive form. The results found in this study psychological well-being in the five subjects of extreme poor families in the Randudongkal District area of Pemalang Regency, only one subject achieved psychological well-being, because he was able to fulfill the dimensions of self-acceptance and positive relationships very well. This is evidenced by the ability to be positive about oneself and accept all personal shortcomings, be positive about the past and present, the ability to develop one's potential and be positive about the situation. Then the ability to establish close and trusting relationships, the ability to establish caring and empathetic relationships, the ability to establish affection and reciprocity. In addition, from a Sufism perspective, the subject achieved sa'adah and karwuh begjo in the perspective of kejawen or Javanese local wisdom.

Keywords: *families, extreme poor, and psychological well-being*

**PSYCHOLOGICAL WELL-BEING PADA KELUARGA MISKIN DI
WILAYAH KECAMATAN RANDUDONGKAL KABUPATEN
PEMALANG**

Hauzaani Nazhiif Albahiy

ABSTRAK

Kemiskinan merupakan problematika yang sangat kompleks, terutama dari perspektif psikologis. Upaya untuk menciptakan kesehatan mental yang baik ialah mencapai *well-being* yang menjadi harapan bagi mereka yang terdampak sebagai keluarga miskin ekstrem. Maka dari itu, ada beberapa keluarga miskin ekstrem yang mengalami permasalahan psikologis sehingga menghambat keluarga miskin ekstrem tersebut untuk mencapai *psychological well-being*. Dalam mencapai *psychological well-being* dibutuhkan setidaknya dua dimensi *self-acceptance* dan *positive relationship* sebagai landasan dasar untuk dapat mencapai *psychological well-being*. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologi menggunakan *descriptive phenomenological analysis* pada lima subjek yang berasal dari wilayah Kecamatan Randudongkal Kabupaten Pemalang. Pemilihan partisipal menggunakan metode *purposive sampling*. Pengambilan data menggunakan metode wawancara terstruktur dan observasi serta disajikan dalam bentuk deskriptif. Hasil yang ditemukan dalam penelitian ini *psychological well-being* pada kelima subjek keluarga miskin ekstrem di wilayah Kecamatan Randudongkal Kabupaten Pemalang hanya satu subjek yang mencapai *psychological well-being*, karena mampu memenuhi dimensi *self-acceptance* dan *positive relationship* dengan sangat baik. Hal tersebut dibuktikan dengan kemampuan bersikap positif pada diri sendiri dan menerima segala kekurangan diri, bersikap positif terhadap masa lalu dan masa kini, kemampuan mengembangkan potensi diri dan bersikap positif terhadap keadaan. Kemudian kemampuan menjalin hubungan akrab dan saling percaya, kemampuan menjalin hubungan saling peduli dan berempati, kemampuan menjalin kasih sayang dan saling timbal balik. Selain itu, secara perspektif tasawuf subjek mencapai *sa'adah* dan *karwuh begjo* pada perspektif kejawen atau kearifan lokal Jawa.

Kata Kunci: keluarga, miskin ekstrem, dan *psychological well-being*

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kemiskinan ekstrem merupakan masalah yang memerlukan pendampingan khusus untuk memahami dinamika psikologis baik dari aspek psikografis maupun demografis yang terjadi akibat dampak tersebut. Presentase kemiskinan ekstrem di Kecamatan Randudongkal mencapai 17,61% atau sebanyak 4,040 ribu jiwa yang masuk dalam data Pensasaran Percepatan Penghapusan Kemiskinan Ekstrem (P3KE). Kemiskinan ekstrem merupakan keluarga miskin yang memiliki rumah tidak layak huni, tidak memiliki arus listrik, tidak memiliki air bersih, tidak memiliki jamban, anak putus sekolah, memiliki keluarga disabilitas, tidak bekerja (pengangguran) dan anak berisiko mengalami stunting (Kemensos RI, 2024). Dinamika akibat kemiskinan ekstrem yang terjadi di Kecamatan Randudongkal berdampak signifikan terhadap kondisi kesehatan mental dan psikologis mereka; pertama, mereka merasa rendah diri dan kurang mendapatkan dukungan penghargaan diri yang merusak keyakinan dan harga dirinya; kedua, stigma masyarakat yang menyebabkan mereka tertekan dan cemas serta menempatkan mereka dalam posisi rentan terhadap perlakuan diskriminatif dan penindasan; ketiga, ketimpangan ekonomi menjadikan mereka mudah putus asa dan kurangnya motivasi diri dalam mengembangkan potensinya; dan keempat, persepsi negatif terhadap distrust atau otoritas pemerintahan/lembaga yang menjadikan rendahnya kepercayaan dan ketidakpuasaan mereka terhadap suatu kebijakan serta rendahnya antusias mereka terhadap program-program yang berkaitan dengan pemberdayaan potensi kemasyarakatan. Hal ini, sangat diperlukan pendampingan secara aspek psikologis terhadap fatalitas kemiskinan ekstrem agar mereka sehat secara mental dan dapat tumbuh serta berkembang sebagai manusia dengan potensial yang utuh.

Kemiskinan ekstrem di Kecamatan Randudongkal merupakan kategori kemiskinan yang belum banyak mendapatkan perhatian karena sebagian besar disebabkan oleh persepsi psikologis masing-masing individunya. Oleh karena itu, dilakukan observasi pra-riset pada 10 keluarga yang mengalami kemiskinan ekstrem di Desa Randudongkal, Gembyang, Karangmoncol, Tanahbaya, dan Kreyo yang dilakukan pada tanggal 18-20 Oktober 2024. Ditemukan 3 keluarga miskin ekstrem pada observasi dan wawancara ialah 2 keluarga dari Desa Randudongkal dan 1 keluarga dari Desa Gembyang, 3 subjek tersebut menunjukkan emosi yang tidak stabil, seperti; mudah tersinggung dan sensitif, penolakan untuk diwawancarai dengan mengusir peneliti dan melakukan perilaku mengancam kepada orang lain.

Wawancara dilakukan dengan subjek DT (laki-laki) berusia 35 tahun pada 18 Oktober 2024. Ia merupakan kepala keluarga dari 4 orang anak. Subjek menunjukkan emosi yang tidak stabil. Menurutnya, ketidakstabilan emosional tersebut karena malu dengan keadaan keluarganya, selalu direndahkan oleh orang lain dan dianggap beban di rumah tangga. Saat wawancara dengan subjek, ia mengatakan:

“...Dadi wong melarat ora kepenak mas, nyong ora terima karo keadaan kaya kie mas, di enyek tanggane terus, gawene ngutang, maning-maning ngutang, maring warung ya ngutang, langka sing peduli karo keadaan keluargane nyong. Sampyan ya pada bae teka mung takon-takon tog ora ngaweh apa-apa...” “...(Jadi orang miskin tidak enak mas, saya tidak terima dengan keadaan seperti ini, selalu di hina tetangga, sukanya hutang, lagi-lagi datang cuma hutang, ke warung juga hutang, tidak ada yang peduli dengan keluarga saya. Anda juga sama, datang hanya wawancara tidak memberikan apa-apa)...”

Wawancara pertama dilakukan dengan subjek HR (perempuan) berusia 40 tahun pada 18 Oktober 2024 namun gagal. Ia merupakan janda cerai mati dengan 3 orang anak. Subjek awalnya menunjukkan penolakan untuk diwawancarai. Lalu wawancara kedua dilakukan pada 19 Oktober 2024. Subjek menerima diwawancarai dan terlihat adanya

traumatis dan hubungan buruk dengan lingkungan sekitar. Subjek menunjukkan amarah. Hal ini dijelaskan oleh subjek saat wawancara:

“...Nyong mlarat mas, tapi wong seneng.e manfaatna nyong nggo kepeentingane kae, njaluk KK jare pan diajukna bantuan ben olih, ndeken ora olih-oli nganti saiki, terus njaluk KTP jare nggo pencairan bantuan nang Balai Desa, ndeken ya ora ana wujud. Jebul.e KTPne nyong disalahgunakan nggo jaminan bank plecit, nyong saiki di udag-udag di tagih bank. Wong orang ngerti ngene wis mlarat malah tambah mlarat. pada kurang ajar...”
“...(Saya orang miskin mas, tetapi tetangga sukanya memanfaatkan saya untuk kepentingan mereka, minta KK katanya mau diajukan bantuan oleh Desa, tapi sampai sekarang tidak pernah menerima, lalu minta KTP katanya untuk mencairkan bantuan di Balai Desa, tapi sampai sekarang tidak ada bentuk bantuannya. Ternyata KTP saya disalahgunakan untuk jaminan koperasi simpan pinjam, saya sekarang dikejar-kejar ditagih. Mereka tidak tahu saya miskin malah ditambah miskin. Mereka kurang ajar)...”

Wawancara dengan subjek R (perempuan) berusia 36 tahun pada 19 Oktober 2024. Ia merupakan janda cerai hidup. Subjek menunjukkan perilaku mengancam kepada orang lain seperti menolak interaksi dan memutus hubungan kekeluargaan. Menurutny, perilaku tersebut muncul karena traumatis dengan keluarga yang membuat keadaanya miskin seperti merampas hak aset (waris) dan pembagian harta yang tidak adil, subjek melampiaskan emosionalnya dengan amarah dan menangis. Saat wawancara dengan subjek, ia mengatakan:

“...Langka nerima-nerimanan, nyong ora nerima sekabehan.e, langka hubungan-hubungan mbuh kuwe keluarga apa kanca, anane nyong mlarat saiki gara-gara wong kae serakah. Jal wani mene pora?, saiki langka keluarga-keluarganan, nyong lara ati. Nyong bubar karo bojone ya gara-gara wong kae seneng.e ikut campur karo urusan.e uwong. Sampyan pan melu-melu urusan.e nyong? Nyong lara ati mas. Langka wong sing peduli karo keadaane nyong...” *“...(Tidak ada penerimaan diri, saya tidak menerima semuanya, tidak ada lagi hubungan keluarga maupun teman, adanya saya menjadi miskin karena mereka (keluarga) serakah. Coba berani kesini tidak?, sekarang tidak ada keluarga, saya sakit hati. Saya cerai dengan suami karena mereka ikut campur urusan keluarga saya. Anda juga mau terlibat urusan saya? Saya sakit hati mas. Tidak ada orang yang peduli keadaan saya)...”*

Kemiskinan ekstrem dalam perspektif psikologi merupakan individu dengan kebutuhan atau *needs* yang tidak dapat terpenuhi dengan baik. Kebutuhan tersebut merupakan bagian dari *hierarchy of needs* meliputi; *psysiological needs* (kebutuhan fisiologis seperti; makan, minum, dan tempat tinggal), *safety needs* (kebutuhan rasa aman seperti; keteraturan, kepastian, dan kendali hidup), *social needs* (kebutuhan cinta dan rasa memiliki seperti; hubungan emosional antarpribadi, afiliasi, dan menjadi bagian dari kelompok), *esteem needs* (kebutuhan penghargaan seperti; harga diri, prestasi, dan rasa hormat) dan *self-actualization needs* (kebutuhan aktualisasi diri seperti; realisasi potensi, pemenuhan diri, pertumbuhan pribadi, dan pengalaman puncak) (Maslow, 1958).

Dinamika kemiskinan sering kali menjadi penghalang bagi orang dalam mengaktualisasikan potensi dan menjalin relasi, hal ini dapat menghambat upaya dalam membangun serta mencari sumber daya baru dalam hidup, dampak yang ditimbulkan oleh kemiskinan sangat beragam, mulai dari terhambatnya perkembangan kognitif, afektif, psikomotorik hingga perkembangan fisik, yang terjadi akibat ketidakmampuan memenuhi kebutuhan dasar. Selain itu, kondisi mental individu pun terganggu, yang bisa terlihat dari kurangnya kebahagiaan hingga munculnya masalah kesehatan mental (Ardila dkk., 2020).

Fenomena yang terjadi pada keluarga miskin ekstrem ditandai dengan kondisi rumah yang tidak layak huni, tidak ada arus listrik dan tidak memiliki air bersih berdampak pada kebutuhan fisiologis yang memengaruhi fungsi individu secara normal; tidak memiliki jamban menjadikan tidak terciptanya rasa aman beresiko membahayakan diri; anak putus sekolah dan anak mengalami disabilitas berdampak pada pertumbuhan dan perkembangan potensi diri serta kasih sayang yang mereka dapatkan; tidak bekerja atau pengangguran dapat memengaruhi harga diri, reputasi, kehormatan serta tanggungjawab; dan anak resiko mengalami stunting dapat memengaruhi pengembangan fungsi diri.

Hasil observasi dan wawancara pada pra-riset bahwa 3 subjek keluarga miskin ekstrem di Kecamatan Randudongkal menggambarkan bagaimana ketidakmampuan mereka untuk mencapai kesejahteraan psikologis dengan ditandai sikap penerimaan diri yang rendah dengan menyalahkan keadaan yang mereka alami baik di masa lalu maupun masa kini dan menunjukkan hubungan yang kurang baik terhadap lingkungannya dengan menarik diri dari lingkungan sekitar. Sikap penerimaan diri dan hubungan positif merupakan bagian dari dimensi *psychological well-being* yang menggambarkan fungsi psikologis seseorang agar dapat mencapai pada kesejahteraan psikologis dan pengembangan potensi diri melalui dimensi penerimaan diri, membangun relasi yang positif, menunjukkan kemandirian, mampu menguasai lingkungan, dapat menemukan arti hidup, dan mencapai pertumbuhan pribadi (Ryff, 1989).

Psychological well-being memiliki tantangan yang perlu dihadapi dalam upaya mencapai hal positif untuk diri sendiri dan orang lain sebagai bentuk wujud dari pencapaian fungsi penuh dalam mendorong potensi diri. *Psychological well-being* ialah kemampuan seseorang dalam menerima situasi dan kondisi, baik sudut pandang positif maupun negatif, serta dapat bersikap optimis dalam menghadapi setiap fenomena yang dirasakan (Ryff, 1989). *Psychological well-being* berperan penting dalam membentuk penerimaan diri dan hubungan baik dengan orang lain. Keluarga miskin ekstrem yang sehat secara psikologis dapat mengontrol emosi, mengatasi stres, dan mampu terlibat aktif dengan lingkungan sosial yang positif baik secara fisik maupun mental (Yuliatun dan Karyani, 2022). Kemudian penelitian yang dilakukan Sesillia (2020) menelaah bahwa mayoritas keluarga miskin berjumlah 146 keluarga penerima (Program Keluarga Harapan) mampu mencapai *psychological well-being* karena dapat meningkatkan nilai-nilai positif secara personal, meningkatkan kemandirian, dan dapat juga meningkatkan produktifitas di lingkungan masyarakat.

Penelitian yang dilakukan oleh Wijaya dkk. (2015) menyampaikan bahwa keluarga miskin berjumlah 65 orang, dari jumlah tersebut ditemukan *psychological well-being* dengan tingkat rendah sebanyak 4 orang yang tidak mampu menerima kondisi, melakukan hubungan negatif kepada lingkungan dan tidak punya arah hidup. Penelitian dilakukan juga oleh Ardila dkk. (2020) kepada keluarga miskin penerima Program Keluarga Harapan (PKH) sebanyak 60 keluarga miskin. Ditemukan dari 60 keluarga miskin tersebut belum cukup meningkatkan *psychological well-being* hanya dengan menerima bantuan. Oleh karena itu, dibutuhkan pendampingan dan penyuluhan tentang psikologis sebagai pembinaan untuk mencapai *psychological well-being*. Lalu penelitian oleh Latif (2015) *psychological well-being* dari 13 keluarga miskin penerima bantuan Rehab Rumah Tidak Layak Huni (RTLH) sangat baik dari aspek dimensi penerimaan diri dan hubungan positif dengan orang lain.

Psychological well-being yang baik ditandai dengan sikap individu memiliki pandangan positif terhadap dirinya sendiri, mampu menjalin relasi yang harmonis dengan siapapun, serta sanggup memilih nasibnya dan memiliki kreatifitas untuk beradaptasi dengan lingkungan, menetapkan arah hidup yang jelas, dan menunjukkan perkembangan dalam kemampuan diri (Ward dan King, 2016). Individu yang tidak sejahtera secara psikologis berpotensi buruk terhadap perkembangan mentalnya, seperti; menjauhkan mereka dari kehidupan yang layak, mendorong timbulnya sikap perilaku negatif, serta tekanan dan konflik yang dihadapi dalam situasi ini dapat mengakibatkan gangguan psikologis dan penyimpangan moral dan perilaku. Mental psikologis yang buruk menjadikan individu merasa kurang lega dengan dirinya, kesulitan dalam mewujudkan relasi yang baik, ketergantungan dan kesulitan dalam beradaptasi, kurangnya arah hidup, serta ketidakmampuan untuk mengembangkan diri atau mengalami stagnasi (Utaminingsih dan Suwendra, 2022).

Napitupulu dkk. (2023) mengemukakan bahwa masalah kesejahteraan psikologis patut mendapat perhatian dari aspek psikologis, karena merupakan salah satu hak asasi manusia mendasar dalam mencapai kesehatan mental. Sebab individu yang mampu mencapai kesejahteraan psikologis dapat memberikan manfaat yang signifikan baik untuk diri sendiri maupun orang lain dalam menjalankan aktivitas sehari-hari. Penyebab buruknya kesehatan mental sangatlah beragam; salah satunya sering disebabkan oleh kemiskinan ekstrem. Dampak dari masalah kemiskinan ekstrem masih menjadi permasalahan yang belum tertuntaskan dan merupakan tantangan utama paling mendesak yang dihadapi masyarakat saat ini, sehingga memengaruhi aspek psikologis seseorang seperti gangguan kognitif (berkaitan dengan keyakinan yang salah), afektif (berkaitan dengan mengekspresikan ekspresi wajah yang menipu secara sosial) serta konatif (berkaitan dengan memengaruhi pikiran atau perasaan orang lain) (Singer, 2008).

Ryff (1989) menyelidiki pengaruh *psychological well-being* pada individu melalui faktor psikografis, seperti pernikahan, latar belakang budaya dan pengalaman hidup, dan disebabkan pula melalui faktor demografis seperti usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan, sosial ekonomi, religiusitas, dan dukungan sosial. Masalah yang terjadi akibat kemiskinan ekstrem di Kecamatan Randudongkal mereka menunjukkan sikap negatif seperti; gangguan emosional, gangguan stres, frustrasi, menyalahkan diri baik di masa lalu maupun di masa kini, menyalahkan orang lain, teman dekat dan kerabat bahkan depresi; dari sikap tersebut menjadikan mereka memilih untuk menarik diri dari lingkungan sekitar serta menolak berinteraksi dengan orang lain. Sikap yang ditunjukkan oleh mereka jika ditinjau dari konsep *psychological well-being* merupakan tindakan yang menggambarkan kesulitan dalam penerimaan diri dan hubungan baik dengan orang lain, karena individu dengan penerimaan diri yang baik ditandai dengan sikap positif terhadap semua aspek baik dan buruk yang ada pada dirinya, serta mampu menerima

pengalaman hidup yang telah dilalui maupun saat ini. Lalu individu dengan relasi yang baik dengan orang lain dapat membangun hubungan yang penuh kepercayaan dan sanggup merasakan empati dengan memahami pentingnya memberi dan menerima dalam interaksi antara satu sama lain (Ryff dan Keyes, 1995).

Kesejahteraan menjadi faktor yang semakin penting dalam memahami persistensi kemiskinan ekstrem yang berdampak sangat buruk pada kesehatan mental seseorang. Perasaan sejahtera dapat menjadikan keluarga miskin ekstrem dapat berkembang secara penuh dan menghadapi tanggung jawab untuk mencapai potensinya. Dengan upaya pendekatan humanistik dengan konsep psikologi positif berfokus pada penerapan *psychological well-being* diharapkan dapat memutus rantai kemiskinan ekstrem guna mendorong potensi diri untuk tumbuh dan berkembang agar mereka mudah untuk mencapai penerimaan diri dan relasi yang positif dengan orang lain.

Berdasarkan penjelasan tersebut, maka peneliti menentukan judul “*Psychological well-being* pada keluarga miskin di wilayah Kecamatan Randudongkal Kabupaten Pemalang.”

B. Rumusan Masalah

Berikut adalah rumusan masalah yang diajukan:

“Bagaimanakah gambaran dinamika *psychological well-being* pada keluarga miskin di wilayah Kecamatan Randudongkal Kabupaten Pemalang?”

C. Fokus Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah tersebut, maka peneliti akan membahas terkait *psychological well-being* pada keluarga miskin di wilayah Kecamatan Randudongkal Kabupaten Pemalang yang berfokus pada dua dari enam dimensi *psychological well-being* menurut Ryff yaitu *self-acceptance* dan *positive relationship*.

D. Tujuan Penelitian

Berikut adalah tujuan dari penelitian:

Untuk memahami dinamika *psychological well-being* pada keluarga miskin di wilayah Kecamatan Randudongkal Kabupaten Pemalang.

E. Manfaat Penelitian

Manfaat yang dapat diambil dari penelitian:

1. Secara Teoretis

Berharap penelitian ini memberikan kontribusi dalam pengembangan referensi bidang ilmu psikologi terutama pada psikologi positif untuk memperluas kajian pembaca terkait pembahasan *psychological well-being* pada keluarga miskin.

2. Secara Praktis

Penelitian ini diharapkan memberikan manfaat kepada Pemerintah Desa di wilayah Kecamatan Randudongkal, Dinas Sosial Kabupaten Pemalang, Dinas Sosial Provinsi Jawa Tengah, Kementerian Sosial Republik Indonesia dan kepada keluarga miskin ekstrem di wilayah Kecamatan Randudongkal Kabupaten Pemalang.

F. Penelitian terdahulu

Untuk menentukan keaslian penelitian, peneliti dengan topik “*Psychological well-being* pada keluarga miskin di wilayah Kecamatan Randudongkal Kabupaten Pemalang”, peneliti yakin tidak ada penelitian yang serupa dan sama persis dengan isi yang dijabarkan.

- a. Penelitian Rahmadani (2023) berjudul “*Psychological well-being* orang tua anak berkebutuhan khusus (studi kasus di SLB Idayu 2 Kabupaten Malang). Tujuan penelitian untuk mengetahui dinamika *psychological well-being* orang tua memiliki anak berkebutuhan khusus serta faktor protektif dan resiko yang dapat dalam proses penemuan kesejahteraan psikologis orang tua. Hasil penelitian terhadap 2 subjek menunjukkan bahwa dinamika *psychological well-being* berada pada kategori cukup baik dan memiliki variasi yang berbeda dalam setiap aspek sebagai akibat faktor yang memengaruhi.

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif melalui pendekatan studi kasus. Subjek berjumlah 2 orang yang diperoleh melalui teknik *purposive sampling*. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui proses observasi, wawancara semi terstruktur dan dokumentasi. Analisis data menggunakan tiga tahap yaitu reduksi data, interpretasi, dan penyajian data serta penarikan kesimpulan.

- b. Penelitian Muslih dkk. (2024) berjudul “*Psychological well-being* pada Siswa *Broken Home*”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dan menggambarkan kesejahteraan psikologis siswa yang mengalami *broken home*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 3 partisipan memiliki aspek - aspek kesejahteraan psikologis yang berbeda-beda. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan desain studi fenomenologis. Partisipan dipilih melalui teknik *purposive sampling*. Pengumpulan data menggunakan wawancara mendalam dan observasi.
- c. Penelitian Munandar dkk. (2020) berjudul “*Psychological well-being* pada Keluarga *Broken Home*”. Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan kesejahteraan psikologis yang mengalami *broken home* pada usia dewasa awal. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ketiga partisipan memiliki aspek kesejahteraan psikologis yang berbeda-beda. Penelitian menggunakan metode kualitatif dengan desain studi kasus. Partisipan dipilih menggunakan *porposive sampling*.
- d. Penelitian Hanum (2010) berjudul “Gambaran *Psychological Well-Being* pada Keluarga Miskin di Kampung Pajeleran Gunung, Cibinong”. Penelitian ini bertujuan untuk melihat gambaran *psychological well-being* keluarga miskin di Kampung Gunung, Cibinong, dan faktor-faktor yang memengaruhi kondisi *psychological well-being* mereka. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kondisi *psychological well-being* ketiga keluarga miskin memiliki keunikan, dimana hal ini sangat dipengaruhi oleh

penghayat individu terhadap status sosial ekonomi dan pendidikannya, nilai-nilai agama yang diterapkan, dan interaksi yang terbentuk di dalam keluarga. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif.

- e. Penelitian Hidayati dan Choliq (2023) berjudul “Peningkatan *Psychological Well-Being* Pada Lanjut Usia di UPT Tresna Werdha Kabupaten Jember”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kebutuhan perawatan terus menerus guna meningkatkan kesejahteraan psikologis lansia, dikarenakan lansia belum bisa menerima kondisi yang sedang dialami. Hasil penelitian menunjukkan *psychological well-being* pada lansia telah dilakukan upaya peningkatan kondisi kesejahteraan psikologisnya melalui pemberian kegiatan secara terencana dan terorganisir. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif deskriptif. Sumber data diperoleh dari hasil wawancara, observasi dan dokumentasi.

Dari beberapa temuan peneliti sebelumnya, bahwa tema penelitian yang akan dibahas oleh peneliti mempunyai persamaan dan perbedaan dengan kelima penelitian terdahulu. Persamaan terdapat pada variabel *psychological well-being*. Sementara perbedaan terdapat pada subjek dan objek penelitian. Meskipun variabel penelitiannya memiliki kesamaan dengan penelitian sebelumnya, akan tetapi terdapat perbedaan pada subjek, objek dan jenis metode penelitian yaitu menggunakan pendekatan kualitatif studi fenomenologi serta kriteria subjek yang dipilih yaitu keluarga miskin ekstrem yang masuk data Pensasaran Percepatan Penghapusan Kemiskinan Ekstrem (P3KE) di Kecamatan Randudongkal Kabupaten Pemalang.

Tabel 1. 1 Persamaan dan perbedaan antara penelitian terdahulu

Judul	Persamaan	Perbedaan
“ <i>Psychological well-being</i> orang tua anak berkebutuhan khusus (studi kasus di SLB Idayu 2 Kabupaten Malang) oleh Rahmadani (2023)	1. Variabel <i>psychological well-being</i>. 2. Menggunakan metode kualitatif. 3. Menentukan subjek menggunakan <i>purposive sampling</i>.	1. Subjek merupakan anak berkebutuhan khusus. 2. Objek berada di SLB Idayu 2 Kabupaten Malang. 3. Menggunakan pendekatan studi kasus. 4. Analisis data menggunakan reduksi data, interpretasi, dan penyajian data serta penarikan kesimpulan.
<i>Psychological well-being</i> pada Siswa <i>Broken Home</i> oleh Muslih dkk. (2024)	1. Variabel <i>psychological well-being</i>. 2. Menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi fenomenologi. 3. Menentukan subjek menggunakan <i>purposive sampling</i>.	1. Subjek merupakan siswa <i>broken home</i>.
<i>Psychological well-being</i> pada Keluarga <i>Broken Home</i> oleh Munandar dkk. (2020)	1. Variabel <i>psychological well-being</i>. 2. Menggunakan metode kualitatif. 3. Menentukan subjek menggunakan <i>purposive sampling</i>.	1. Subjek merupakan keluarga <i>broken home</i>. 2. Menggunakan pendekatan studi kasus.

Gambaran <i>Psychological Well-Being</i> pada Keluarga Miskin di Kampung Pajeleran Gunung, Cibinong oleh Hanum (2010)	1. Variabel <i>psychological well-being</i> . 2. Subjek merupakan keluarga miskin. 3. Menggunakan metode kualitatif.	1. Lokasi penelitian berada di Kampung Pajeleran Gunung, Cibinong.
Peningkatan <i>Psychological Well-Being</i> Pada Lanjut Usia di UPT Tresna Werdha Kabupaten Jember	1. Variabel <i>psychological well-being</i> .	1. Subjek merupakan lanjut usia. 2. menggunakan metode kualitatif deskriptif.

G. Orisinilitas Penelitian

Dalam penelusuran pustaka terdapat beberapa penelitian yang hampir menyerupai dengan penelitian tentang *psychological well-being* pada keluarga miskin di wilayah Kecamatan Randudongkal Kabupaten Pemalang.

Tabel 1. 2 Keaslian penelitian

No.	Pengarang dan Judul Penelitian	Keterangan	Hasil
1	Muslih dkk. (2024) “ <i>Psychological well-being</i> pada Siswa <i>Broken Home</i> ”	Jumlah sampel : 3 orang Variabel : <i>psychological well-being</i> Subjek : siswa <i>broken home</i> Metode penelitian : kualitatif dengan pendekatan studi fenomenologi yang dilakukan di SMA N 8 Semarang.	Hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa <i>psychological well-being</i> pada keluarga yang <i>broken home</i> pada siswa yaitu NSF dan RTK bersifat positif, seperti; penerimaan diri, tujuan hidup, kemandirian dan pertumbuhan secara personal. Sedangkan ZPD bersifat kurang positif, seperti belum tahu tentang tujuan hidup.

2	Hutagalung dkk. (2024) “Dinamika <i>Psychological Well-Being</i> Lansia Berstatus Janda di Daerah Marginal (Studi Fenomenologi)”	Jumlah sampel: 2 orang Variabel : <i>psychological well-being</i> Subjek : lansia berstatus janda Metode penelitian: kualitatif dengan pendekatan studi fenomenologi mengutamakan prinsip epoche yang dilaksanakan di Desa Pantai Harapan Jaya, Kecamatan Muara Gembong, Kabupaten Bekasi.	Hasil penelitian menunjukkan bahwa <i>psychological well-being</i> melekat erat pada diri subjek sehingga membentuk kualitas mental mereka dengan baik, seperti; penerimaan diri terhadap kondisi dan memiliki hubungan positif dengan orang lain.
---	--	---	--

Penelitian ini memiliki perbedaan dengan penelitian sebelumnya yang terletak pada subjek dan lokasi penelitian. Subjek penelitian merupakan keluarga miskin ekstrem yang masuk dalam data Pensasaran Percepatan Penghapusan Kemiskinan Ekstrem (P3KE) Kementerian Sosial Republik Indonesia.

Lokasi penelitian dilaksanakan di Kecamatan Randudongkal yang merupakan wilayah dengan kemiskinan ekstrem yang cukup tinggi. Sehingga penulis merasa perlu meneliti keadaan psikologis keluarga miskin ekstrem di wilayah tersebut. Selain itu, belum pernah ada penelitian yang dilakukan pada keluarga miskin ekstrem di wilayah tersebut; terutama mengenai keadaan kesehatan mental dan psikologis keluarga miskin ekstrem.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. *Psychological well-being*

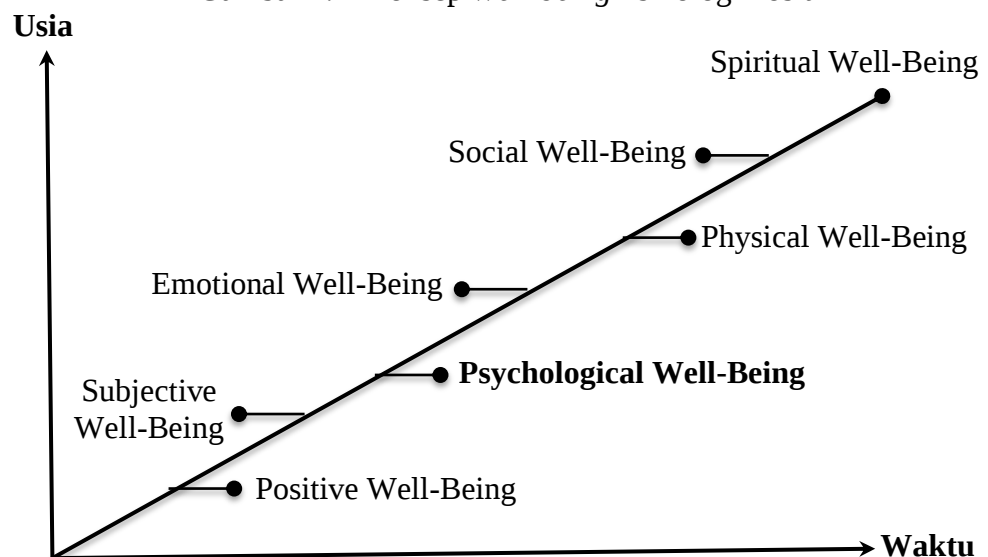
1. Definisi *Psychological well-being*

Psychological well-being menggunakan konsep *eudaimonia* yang digagas oleh Aristoteles yang dipandang sebagai manifestasi dalam meningkatkan potensi diri dan orang lain dari menjalani kehidupan dengan baik sebagai faktor penting dalam keberhasilan seseorang mampu untuk menyesuaikan dengan lingkungan sekitar (Morales-Rodríguez dkk., 2020). *Eudaimonia* merupakan bentuk kesejahteraan yang menekankan pada konsep *the meaning in life* dan *self-realization*. *Eudaimonia* merupakan bentuk aktivitas positif yang mencakup pengalaman subjektif, tetapi tidak terbatas yang terdiri dari tujuan-tujuan yang mereka pilih, yaitu; keunikan terkait pertumbuhan dan perkembangan potensi diri (Ackrill, 1980).

Perspektif *psychological well-being* didasari oleh pendekatan humanistik yang berfokus pada *human potential*. Dalam pendekatan humanistik dijelaskan bahwa pada hakikatnya setiap diri manusia adalah unik, karena memiliki potensi individual dan dorongan internal untuk berkembang dan menentukan perilakunya (Maslow, 1954). Pendekatan secara humanistik pada *psychological well-being* tertuju pada konsep *logoterapi* yang menekankan penemuan makna hidup sebagai kekuatan motivasi utama untuk kesejahteraan. Konsepnya meliputi; *freedom of will* (kebebasan berkehendak bahwa manusia bebas untuk memutuskan dan dapat mengambil sikap), *will to meaning* (kemauan untuk mencari makna bahwa manusia bebas untuk mencapai tujuan dan maksud dalam hidup), dan *meaning in life* (makna dalam hidup bahwa makna adalah realitas objektif, bukan sekedar ilusi atau persepsi pribadi). Penerapan teori ini dapat meningkatkan ketahanan, kesejahteraan dan kepuasan hidup dengan berfokus pada tujuan dan tanggungjawab pribadi (Frankl, 1985).

Konsep *well-being* merupakan salah satu konsep psikologi positif untuk mencapai kehidupan yang baik dari satu orang untuk kehidupan orang lain yang bersifat deskriptif, bukan preskriptif dengan menggunakan emosi yang positif seperti; membangun harapan dan optimisme dengan keterlibatan serta hubungan yang bermakna untuk sebuah pencapaian yang baik (Ryff, 2013a). *Well-being* adalah konsep yang mengacu pada kondisi kesehatan mental seseorang untuk mencapai kesejahteraan psikologis. Upaya mencapai *well-being* secara psikologis diperlukan tiga perhatian utama, seperti; *positive emotions* (emosi yang positif seperti pengalaman mental yang intens dan menyenangkan), *positive individual traits* (sifat individu yang positif, seperti sikap optimisme dan resiliensi sebagai kekuatan dan kebajikan), dan *positive institutions* (lembaga yang positif, seperti menerapkan prinsip-prinsip positif dilingkup keluarga dan lingkungan sosial guna meningkatkan kesejahteraan dan kinerja individu dan kolektif) (Seligman, 2004). *Well-being* adalah keadaan di mana seseorang merasa bahagia, sehat secara fisik, dan memiliki hubungan sosial yang positif dan memuaskan. (Seligman, 2018).

Gambar 2. 1 Konsep *Well-being* Psikologi Positif



Ryff (1989) merupakan tokoh yang telah mengembangkan model *well-being* yang sangat jelas menjadi teori *psychological well-being* dengan menggunakan enam dimensi penting yang bersifat *multidimensional* (terjadi dalam banyak dimensi yang berbeda) yakni *self-acceptance* (penerimaan diri), *positive relationship* (hubungan baik), *autonomy* (kemandirian), *environmental mastery* (penguasaan lingkungan), *purpose in life* (tujuan hidup), *personal growth* (pertumbuhan pribadi). Ryff (2008) telah mengembangkan sebuah konsep *well-being* yang di kenal dengan konsep *psychological well-being* yang bersifat *multidimensional* yang mencerminkan keadaan kesehatan mental seseorang dengan enam dimensi, yaitu; *self-acceptance* merupakan kemampuan untuk menerima diri sendiri dan menekankan pentingnya persepsi sikap positif terhadap diri sendiri dengan segala kelebihan dan kekurangannya. *Positive relationship* merupakan kemampuan untuk terlibat dalam hubungan sosial yang positif dan bermakna dengan orang lain. *Autonomy* merupakan kemampuan untuk mengambil keputusan dan bertindak sesuai dengan nilai-nilai pribadi dan mempertahankan independensi dan pengambilan keputusan atas hidupnya sendiri. *Environmental mastery* merupakan kemampuan untuk mengendalikan lingkungan sendiri untuk menjaga dalam mengatasi tantangan dan tugas-tugas dalam aktivitas kehidupan sehari-hari. *Purpose in life* merupakan kemampuan dalam proses menjalankan hidup memiliki makna dan menemukan makna hidup dengan pendekatan yang berorientasi pada tujuan. *Personal growth* merupakan kemampuan untuk tumbuh dan berkembang secara pribadi menemukan potensi diri dalam menentukan kelanjutan perolehan pengetahuan, keterampilan, dan pengalaman baru. Ryff (2013b) menambahkan bahwa *well-being* bukanlah suatu keadaan yang statis, melainkan suatu proses dimanis yang melibatkan pertumbuhan dan perubahan pribadi sepanjang hidup melalui bertambahnya usia dan waktu.

Ryff dan Keyes (1995) *psychological well-being* merupakan kondisi di mana seseorang memiliki tiga sikap positif atas diri sendiri dan orang lain yaitu, *acceptance* (penerimaan), *affection* (kasih sayang), dan *achievement* (pencapaian). Dalam keadaan ini, seseorang sanggup mengambil keputusan secara mandiri, mengatur perilakunya, dan mengendalikan lingkungan yang sesuai dengan kebutuhannya. Selain itu, individu dengan psikologis yang baik mempunyai arah hidup yang bermakna dan kepercayaan diri serta senantiasa berupaya meningkatkan potensi yang dimiliki secara optimal.

Konsep *psychological well-being* berfokus pada kemampuan individu untuk mewujudkan fungsi diri yang baik, mengekspresikan keunikan secara pribadi, serta mencapai potensi diri. *Psychological well-being* didefinisikan sebagai pengalaman subjektif dari perasaan atau penilaian kognitif yang dinilai positif termasuk afek aktivasi yang lebih rendah seperti tenang, serta afek aktivasi yang tinggi seperti nyaman melalui pengalaman emosi yang positif (Ryff & Singer, 2008). *Psychological well-being* merupakan proses individu yang menekankan pentingnya upaya untuk mencapai relasi diri, ekspresi diri dan aktualisasi diri (Hauser dkk., 2005). *Psychological well-being* diartikan sebagai sebuah tujuan utama bagi setiap manusia, yang ditandai oleh kebutuhan untuk merasakan perbaikan dalam psikologis. Hal ini berkaitan erat dengan perasaan individu mengenai kemampuan untuk mengekspresikan perasaan pribadi pada aktivitas sehari-hari. Unsur-unsur penting dalam kesejahteraan psikologis mencakup kemampuan penerimaan diri, relasi positif, kemandirian, penguasaan lingkungan, mencapai tujuan hidup, dan perkembangan pribadi (Karstoft dkk., 2013). *Psychological well-being* dapat didefinisikan sebagai adanya perasaan positif (misalnya, harga diri yang baik) atau tidak adanya perasaan negatif (misalnya, gejala depresi atau kecemasan) (Ruvalcaba dkk., 2017).

Berdasarkan dari beberapa pengertian yang telah dipaparkan, penulis menyimpulkan *psychological well-being* ialah sikap positif pada diri sendiri dan orang lain, di mana seseorang dapat menerima dirinya, membangun relasi baik, menunjukkan kemandirian, menguasai lingkungan sekitarnya, memiliki tujuan dan arah hidup, serta mampu meningkatkan potensi diri untuk tumbuh optimal.

2. Dimensi *Psychological well-being*

Ryff menguraikan 6 dimensi *psychological well-being* (Ryff, 1989, 2013b), yaitu :

1. *Self-acceptance* (Penerimaan diri)

Penerimaan diri sebagai inti kesehatan mental, yang mencakup optimalisasi fungsi diri. Penerimaan diri merupakan kemampuan individu dalam mengakui kekurangan maupun kelebihan yang dimiliki. Seseorang dengan penerimaan diri yang baik mempunyai pandangan positif terhadap semua aspek baik dan buruk yang ada pada dirinya, serta mampu menerima pengalaman hidup yang telah dilalui. Individu dengan penerimaan diri buruk cenderung terkesan tidak memiliki kepuasan hidup. Mereka sering kali tampak kecewa terhadap pengalaman yang telah dilalui dan merasakan adanya masalah dalam kualitas hidup yang mereka jalani.

2. *Positive relationships* (Relasi positif)

Individu mampu menunjukkan telah mencapai tahap aktualisasi diri. Hal ini tercermin dari kemampuan mereka untuk merasakan empati, mencintai secara tulus, membangun persahabatan yang erat. Individu yang baik pada aspek ini cenderung membangun relasi yang akrab dan penuh kepercayaan. Mereka sanggup merasakan empati dan memahami pentingnya memberi dan menerima dalam interaksi antara satu sama lain. Individu yang buruk pada aspek ini cenderung merasa kurang percaya terhadap orang lain. Mereka sering kali merasa kesulitan

untuk bersikap terbuka dan peduli yang mengakibatkan perasaan terasingkan dan frustrasi dalam interaksi sosial. Selain itu, mereka juga mengalami kesulitan dalam menjaga ikatan yang bermakna antara satu sama lain.

3. *Autonomy* (Kemandirian)

Aspek ini mencerminkan karakteristik seseorang yang memiliki kemampuan untuk menentukan setiap tindakan, serta mengatur perilakunya dengan baik. Karakteristik lain yang menggambarkan aspek otonomi ini ialah memiliki *locus of control internal*. Seseorang yang baik pada aspek ini adalah mereka yang tidak bergantung dengan orang lain, mampu menghadapi beban sosial dalam berpikir dan bertindak sesuai prinsip pribadi mereka, serta dapat mengevaluasi diri mereka. Individu yang buruk pada aspek otonomi cenderung lebih memfokuskan perhatian mereka pada ekspektasi dan penilaian orang lain. Mereka sering kali mengandalkan pendapat orang lain dalam pengambilan keputusan penting, serta berpikir dan bertindak berdasarkan tekanan sosial yang ada.

4. *Environmental mastery* (Penguasaan Lingkungan)

Aspek ini memaparkan kesanggupan seseorang untuk memilih lingkungan yang sesuai dengan keadaan psikologisnya dan kemampuan individu untuk secara kreatif dapat memperbaiki lingkungan mereka melalui aktivitas yang positif. Seseorang yang mempunyai kemampuan untuk mengelola lingkungan dengan baik, serta memilih dan mewujudkan hal-hal bermanfaat yang sesuai dengan kebutuhannya merupakan mereka dengan kategori baik dalam aspek ini. Seseorang cenderung mengalami kesulitan dalam mengelola aktivitasnya. Mereka menganggap tidak berdaya untuk mengubah atau membangun keadaan lingkungan dan merasa kehilangan kontrol atas pengaruh eksternal merupakan mereka yang buruk dalam aspek ini.

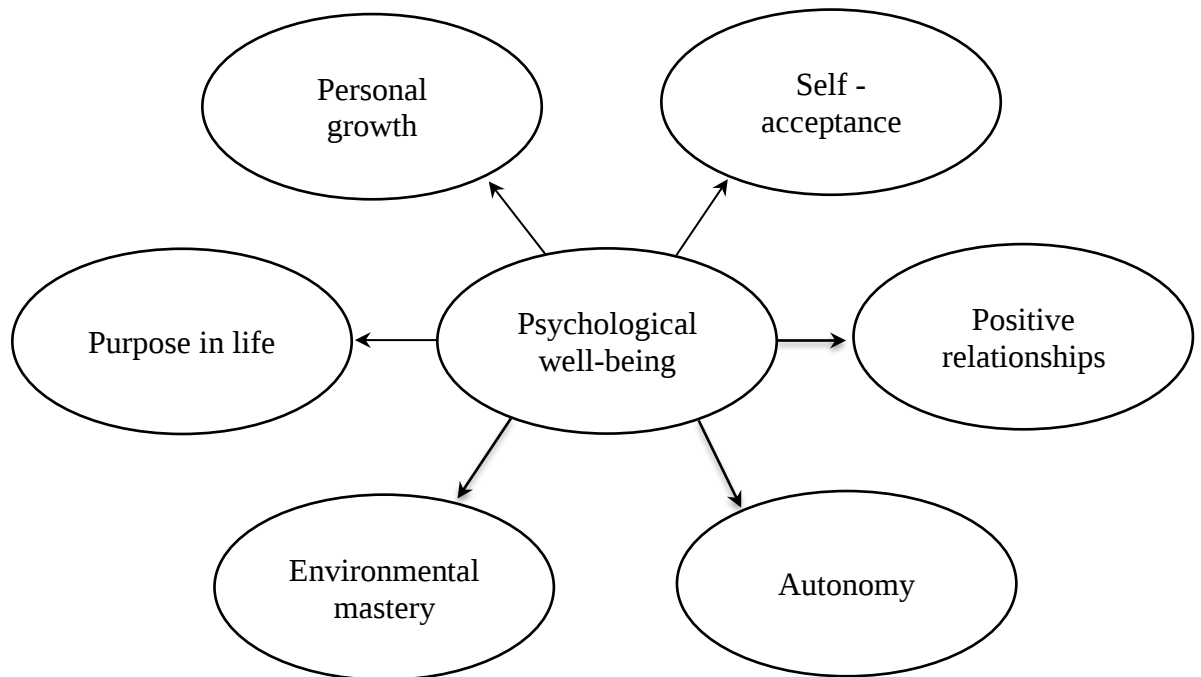
5. *Purpose in life* (Tujuan hidup)

Setiap orang memiliki arah dan tujuan tersendiri dalam mencapai kesejahteraan hidup. Dengan demikian, mereka yang memiliki fungsi optimal biasanya mempunyai arah dan tujuan yang jelas, yang semuanya nyata dalam memberikan kesejahteraan pada kehidupan mereka. Individu yang baik dalam aspek ini merupakan mereka yang memiliki arah dan tujuan hidup. Mereka meraih makna dari masa lalu serta masa kini, percaya bahwa hidup itu memiliki tujuan untuk dapat mencapai impian yang nyata dan bersikap optimis. Sebaliknya, individu yang buruk pada aspek ini cenderung merasa hidup mereka kurang berarti. Mereka sering kali kehilangan arah, tidak memiliki tujuan hidup, dan tidak menemukan arti dari pengalaman masa lampau.

6. *Personal growth* (Pertumbuhan diri)

Fungsi psikologis yang positif senantiasa berupaya untuk meningkatkan potensi yang ada pada dirinya. Mereka akan mengembangkan diri dan akan mampu mencapai realisasi dirinya. Mereka memandang diri sebagai pribadi yang sedang dalam proses pertumbuhan dan perubahan. Keterbukaan terhadap pengalaman baru menjadi ciri khas mereka, serta mampu untuk mengamati dan mengembangkan diri agar memperluas pengetahuan dan pengalaman yang dimiliki merupakan mereka yang memiliki kategori baik dalam aspek ini. Sedangkan individu yang buruk pada aspek ini cenderung mengalami stagnasi. Mereka tidak mendapatkan dorongan untuk tumbuh dan mengembangkan diri seiring berjalannya hidup, sering kali terkesan bosan dan kehilangan minat hidup. Selanjutnya, mereka juga menganggap tidak mampu untuk membentuk dan mengembangkan perilaku baru.

Gambar 2. 2 Dimensi *Psychological Well-being*



3. Faktor-faktor yang memengaruhi *psychological well-being*

Faktor yang memengaruhi *psychological well-being* umumnya berbeda-beda. Ryff dan Singer (1996) menjelaskan tiga faktor psikografis (kelas sosial, gaya hidup dan personalitas) yang memengaruhi *psychological well-being*, sebagai berikut:

1. Pernikahan

Orang sudah menikah cenderung memiliki perasaan positif dibandingkan mereka tidak menikah. Secara psikologis, individu yang sudah menikah atau memiliki pasangan cenderung mempunyai harapan dan kesehatan mental yang lebih baik dibandingkan dengan mereka yang tidak menikah. Selain itu, mereka yang terikat dalam pernikahan umumnya mengalami tingkat kesejahteraan yang baik. Sebab, adanya dukungan sosial yang lebih kuat yang biasanya mereka peroleh dari pasangan (Doblhammer dkk., 2009).

2. Latar belakang budaya

Setiap budaya yang terbentuk dapat memengaruhi *psychological well-being*. Perbedaan antara tradisi Barat dan Timur yang dapat menciptakan dampak yang signifikan. Dalam tradisi negara barat, nilai-nilai yang menekankan terhadap orientasi diri, seperti penerimaan diri dan kemandirian lebih dominan. Sebaliknya, tradisi negara timur, yang berfokus terhadap hubungan dengan lingkungan, seperti menjalin relasi positif dan lebih mendapat penekanan (Sugianto, 2000).

3. Evaluasi pengalaman hidup

Setiap orang sering kali menginterpretasikan pengalaman hidupnya. Proses ini sering melibatkan perbandingan antara diri mereka dengan orang tua maupun orang terdekat, serta usaha untuk memahami akar penyebab dari pengalaman yang mereka jalani. Selain itu, mereka juga cenderung mencari makna yang signifikan dari sejumlah pengalaman hidup yang telah dilalui baik pengalaman diri sendiri maupun orang lain; evaluasi segala pengalaman hidup yang sudah dilalui memiliki pengaruh penting terhadap kesejahteraan secara psikologis (Ramadhani dkk., 2016).

Selain itu, Ryff (2013b) menambahkan faktor demografis (struktur penduduk dan perkembangannya) yang dapat memengaruhi *psychological well-being* seseorang, meliputi:

a. Usia

Perbedaan antara usia memiliki dampak yang sangat signifikan terhadap *psychological well-being* seseorang. Seiring berjalannya usia, seseorang cenderung mengalami peningkatan dalam penguasaan lingkungan dan kemandirian. Selain itu, pada dimensi tujuan hidup dan pengembangan diri menunjukkan kemajuan seiring dengan meningkatnya kedewasaan usia.

b. Jenis kelamin

Perbedaan pada jenis kelamin berdampak pada berbagai dimensi *psychological well-being*. Secara umum, perempuan cenderung lebih mampu membangun relasi yang positif dengan lingkungan dibandingkan laki-laki.

c. Tingkat pendidikan

Perbedaan dalam jenjang pendidikan dapat berdampak signifikan pada *psychological well-being* seseorang. Secara umum, keunggulan dan tingkat pertumbuhan pribadi cenderung lebih tinggi didominasi oleh tingkat pendidikan yang lebih baik, dibandingkan dengan tingkat pendidikan yang kurang baik.

d. Sosial ekonomi

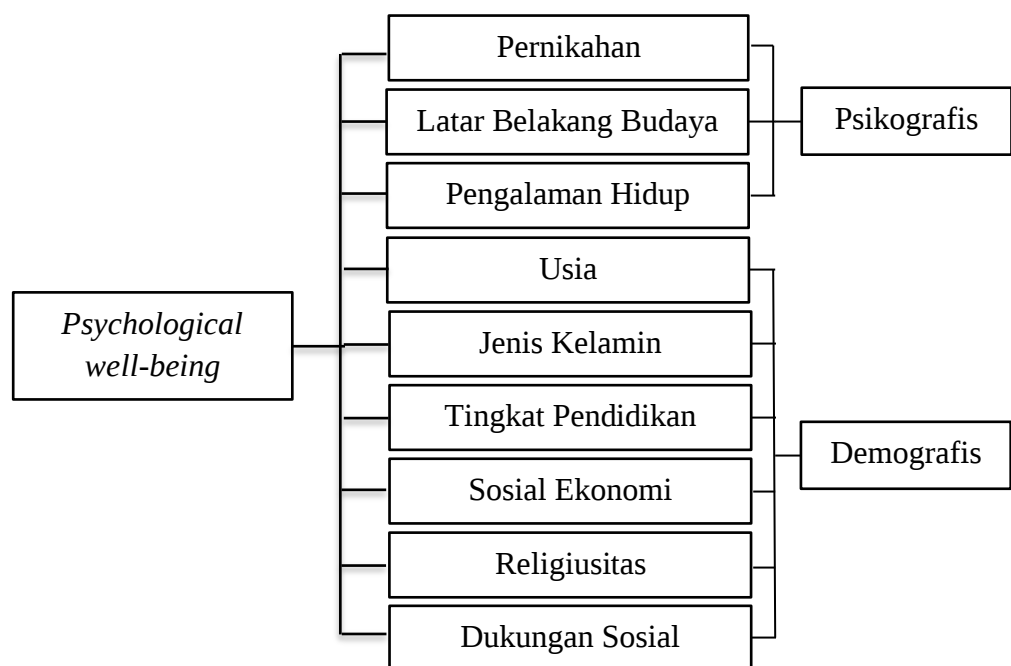
Status pekerjaan memainkan peran penting untuk mencapai kesejahteraan psikologis. Seseorang dengan penghasilan yang lebih tinggi sering kali memiliki kondisi yang lebih baik dibandingkan yang berpenghasilan rendah. Status pekerjaan yang lebih baik dan penghasilan lebih tinggi, seseorang akan lebih mampu mengelola stres dan menghadapi tantangan yang terkait dengan kebutuhan hidup sehari-hari.

e. Religiusitas

Status keagamaan dan keyakinan terhadap ketuhanan memiliki peran penting dalam mencapai kesejahteraan psikologis dengan berbagai dimensi, seperti; dimensi ideologis (keyakinan keagamaan yang kuat), dimensi ritualistik (pengamalan setiap ajaran-ajaran agama), dimensi eksperiensial (penghayatan agama secara spiritualitas), dimensi intelektual (pengetahuan mengenai kitab suci, ritus-ritus dan tradisi-tradisi agama) dan dimensi pengalaman dan konsekuensi (kemampuan pengendalian diri yang baik). Sebaliknya, mereka yang tingkat keagamaan dan keyakinan terhadap ketuhanan rendah akan mengalami kesulitan dalam mencapai kesejahteraan psikologis (A. Fitriani, 2017).

f. Dukungan sosial

Faktor ini berperan penting untuk mencapai *psychological well-being*. Diperlukan dukungan sosial baik dari keluarga, teman dekat, dan lingkungan sekitar untuk dapat memberikan pengaruh positif bagi seseorang untuk meraih nilai-nilai yang konstruktif melalui afirmasi positif untuk dapat mencapai kesejahteraan psikologis (Rif'ati dkk., 2018).



Gambar 2. 3 Faktor Psychological Well-being

Faktor yang memengaruhi *psychological well-being* sangat beragam. Ryff dan Singer (2013b; 1996) menjelaskan bahwa yang mencakup beberapa faktor psikografis, seperti status pernikahan, latar belakang budaya, dan penilaian terhadap pengalaman hidup. Selain itu, seperti; usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan, keadaan sosial ekonomi, religiusitas, serta hubungan dan dukungan sosial merupakan faktor dari demografis.

4. *Psychological well-being* dalam perspektif Islam

Konsep kesejahteraan secara psikologis secara tasawuf disebut *sa'adah*. Konsep *sa'adah* ini gagas oleh *Hujjatul Islam* Al-Ghazali. *Sa'adah* memiliki makna sebagai penghayat seorang hamba atau *saalik* atas segala kenikmatan yang Allah SWT melalui lima tahap; *ukhrawiyah* (kesadaran akan akhirat), *nafsiyah* (pemahaman mengenai diri sendiri), *badaniyah* (wawasan tentang dunia), *kharijah* (kesadaran akan kebutuhan fisik) *taufiqiyah* (pengetahuan tentang Allah SWT) (Al-Ghazali, 1111a).

Konsep *sa'adah* atau kebahagiaan adalah suatu hal yang kompleks. Ia merepresentasikan kemampuan seorang hamba untuk melepaskan diri dari keterikatan pada duniawi dan fokus pada upaya meraih ridho Allah SWT. Dalam memperoleh kebahagiaan yang holistik, setiap hamba atau *saalik* perlu menerapkan empat jalan untuk mencapai kebahagiaan, meliputi; *i'tiqad* (motivasi berasal dari diri sendiri), *yaqin* (keyakinan kuat pada sesuatu yang dikerjakan), *iman* (puncak pembuktian dari lisan dan perbuatan) dan *addin* (bukti penghambaan dan penyerahan diri) (Al-Ghazali, 1111b).

Sa'adah merupakan tujuan akhir bagi para *saalik*, yang diperoleh melalui pengenalan yang mendalam terhadap Allah SWT atas segala kenikmatan yang diberikan. Konsep kesejahteraan secara khusus dicapai melalui jalan kebahagiaan yang terletak pada ilmu dan amal. Ilmu dapat diibaratkan layaknya pohon, sementara amal merupakan buah yang dihasilkan. Ia menjelaskan bahwa jika seseorang hamba memandang ilmu dengan sepenuh hati, ia akan merasakan betapa berharga dan nikmatnya pengetahuan tersebut. Ilmu pun dipelajari bukan hanya karena manfaatnya, tetapi juga sebagai sarana untuk mencapai kebahagiaan di akhirat. Dengan demikian, ilmu dan amal akan menjadi jalan bagi hamba yang untuk mendekatkan diri kepada Allah SWT sebagai bentuk penyucian hati atau *tazkiyatun nafs* Al-Ghazali (1111c).

Psychological well-being dan *sa'adah* memiliki kesamaan. Keduanya berkontribusi untuk membentuk rasa bahagia, kesejahteraan, dan ketentraman jiwa. Perbedaan antara keduanya pada cara yang digunakan. *Psychological well-being* lebih mengfokuskan pada aspek kognitif dan rasional, sedangkan *sa'adah* berfokus pada pendekatan spiritual dan transendental.

Secara perspektif al-Qur'an tidak ditemukan secara spesifik kata yang menunjukkan arti sejahtera. Akan tetapi banyak sekali kata pada ayat al-Qur'an yang mengandung arti tersebut, seperti; *sa'ada* (bahagia), *faza* (gembira), *falaha* (beruntung/sentosa), *roghodan* (suka/senang). Kata yang dominan mewakili arti sejahtera adalah *falaha*. Kata *falah* diartikan sebagai keuntungan, kebahagiaan dan kesentosaan baik di dunia maupun akhirat (Al-Fayruz'Abadi, 1414).

Al-Bantani (1897) menggolongkan 3 kelompok orang yang beruntung atau sejahtera di dalam al-Qur'an sebagai berikut:

قَدْ أَفْلَحَ الْمُؤْمِنُونَ {١} الَّذِينَ هُمْ فِي صَلَاتِهِمْ خَاشِعُونَ {٢}
وَالَّذِينَ هُمْ عَنِ اللَّغْوِ مُعْرِضُونَ {٣}

Artinya: "Sungguh, beruntunglah orang-orang mukmin. (Yaitu) orang-orang yang khusyuk dalam shalatnya. Dan orang-orang yang meninggalkan (perbuatan dan perkataan) yang tidak berguna." (Q.S al-Mu'minun : 1-3)

Ayat ini menjelaskan bahwa mencapai *well-being* diperlukan pengelolaan hati yang baik tanpa memikirkan problem apapun, seperti konsentrasi (pemusatan fungsi jiwa) dan pengendalian diri (etika dan moral).

قَدْ أَفْلَحَ مَنْ تَزَكَّى {٤١}

Artinya: "Sungguh, beruntung orang yang membersihkan diri (bersih lahir-batinnya dari kekafiran)." (Q.S al-A'la : 14)

Ayat ini menjelaskan bahwa mencapai *well-being* dibutuhkan kebersihan jiwa lahir dan batin melalui kesadaran diri dan kewaspadaan dini.

قَدْ أَفْلَحَ مَنْ زَكَّاهَا {٩}

Artinya: “*Sungguh, beruntung orang yang bersih jiwanya.*” (Q.S asy-Syams : 9)

Ayat ini menjelaskan bahwa mencapai *well-being* memerlukan kebersihan hati, seperti *healthy relationship* (saling menghargai), bukan *toxic relationship* (saling menghina).

Penjelasan kesejahteraan secara psikologis juga terdapat pada Q.S ar-Ra’du ayat 28:

الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ {٨٢}

Artinya: “*(yaitu) orang-orang yang beriman, hati mereka akan merasa tenang saat mengingat Allah. Ingatlah, dengan hanya mengingat Allah hati dapat mencapai ketenteraman.*” (Q.S ar-Ra’du : 28)

Ayat ini menjelaskan bahwa kesejahteraan secara psikologis berkaitan erat dengan ketenteraman hati. Tidak akan merasakan ketenteraman hatinya seorang hamba kecuali mengingat Allah SWT. Kita dapat menyimpulkan terkait apapun yang dihadapi dengan nama Allah akan menjadi lebih baik. Selain itu, kesejahteraan psikologis juga mencerminkan perasaan bahagia, sesuai penjelasan al-Qur’an merupakan hati yang tenang dan tenteram. Ayat 28 dari surat ar-Ra’du memiliki kaitan erat dengan konsep kesejahteraan secara psikologis ialah ketenangan hati (Shihab, 2020).

Shihab (2002) menguatkan penjelasan mengenai ketenangan hati di dalam Q.S al-Fajr ayat 27:

يَا أَيُّهَا النَّفْسُ الْمُطْمَئِنَّةُ {٧٢}

Artinya: “*Wahai jiwa yang tenang.*” (Q.S al-Fajr : 27)

Ayat ini menjelaskan bahwa jiwa yang tenang adalah mereka yang merasa aman dan tenteram karena banyak berdzikir dan mengingat Allah SWT. Kesejahteraan diperoleh melalui ketenangan hati yaitu seseorang memiliki kemampuan untuk menerima dirinya,

membangun relasi erat dengan lingkungan, mampu sabar dalam menghadapi tekanan, mengendalikan lingkungan eksternal, menetapkan arah hidup, serta secara berkelanjutan meningkatkan potensi diri mereka (Okti, 2019).

5. ***Psychological well-being* dalam perspektif Jawa**

Psychological well-being juga memiliki perspektif dalam tradisi Jawa atau *Kejawen*, yang dipopulerkan oleh Ki Ageng Suryometaram (KAS) dengan istilah “*kawruh begjo*”. *Kawruh* mengacu pada upaya untuk memahami sesuatu melalui kesadaran akal budi manusia, yang berkembang dari pengalaman nyata. *begjo* memiliki arti kebahagiaan dalam hidup. Dengan demikian, *kawruh begjo* mencerminkan pencarian kebahagiaan yang didasarkan pada pengetahuan dan pengalaman yang dialami.

Suryometaram (1985) dalam memaparkan konsep *kawruh begjo*, menekankan bahwa pengetahuan ini tidak hanya bisa diperoleh melalui pemahaman rasional dan objektif semata. Sebaliknya, *kawruh begjo* merupakan bentuk pengetahuan yang dapat dicapai melalui pengalaman langsung, yang kemudian diproses melalui abstraksi dan analisis. Proses ini menjadi panduan bagi individu yang ingin mengembangkan diri dan mengendalikan kehidupannya, sehingga mampu meraih kebahagiaan sejati dalam hidup (Trinarso, 2018). Dalam hidup, setiap manusia akan mengalami berbagai perasaan, baik kesedihan maupun kebahagiaan. Pada umumnya, manusia selalu dipenuhi dengan beragam keinginan atau *karep* yang bersifat dinamis, keinginan ini dapat *mulur-mungkret* (mengembang dan mengempis). Ketika keinginan tersebut tercapai, manusia cenderung ingin mengejar hal-hal yang lebih tinggi atau *mulur*, namun jika keinginan tidak terwujud, mereka akan berusaha menerima dan bersyukur atas apa yang telah diperoleh atau *mungkret*. Jika proses *mulur-mungkret* terhadap keinginan ini tidak

berjalan dengan baik, maka bisa timbul berbagai gangguan dalam jiwa (Afif, 2019).

Suryometaram (1985) menyatakan bahwa untuk mencapai *begjo* atau kebahagiaan, manusia perlu terlebih dahulu menyadari bahwa rasa senang dan susah adalah dua hal yang saling bergantian dan selalu ada dalam hidup kita. Dalam pemahaman mengenai *kawruh begjo*, dijelaskan bahwa kehidupan seharusnya bersifat seimbang, tidak mengalami kekurangan maupun kelebihan.

Pemahaman ini diungkapkan melalui 6 konsep “*Sa*”, yang meliputi; “*sak butuhe* (sesuai kebutuhan), *sak perlune* (sesuai kepentingan), *sak cukupe* (sesuai kemampuan), *sak benere* (sesuai kebenaran), *sak mestine* (sesuai norma dan etika), *sak penake* (sesuai kenyamanan)”. Konsep 6 “*Sa*” merupakan prinsip hidup orang Jawa dalam mencapai kebahagiaan yang memandang manusia sebagai makhluk yang dipandu oleh *aku* atau nafsu dan *karep* atau keinginan. Ketika manusia dikuasai oleh pikirannya, muncul berbagai keinginan yang ingin dicapai. Namun, semakin banyak keinginan atau *karep* yang dimiliki, semakin besar pula penderitaannya (Suryomentaram, 1985)

Penjelasan diatas, menggambarkan bahwa konsep *kawruh begjo* yang diperkenalkan oleh Suryomentaram (1985) menggambarkan bahwa manusia yang *begjo* atau bahagia adalah mereka yang mampu olah rasa dan pikir yang seimbang dalam hubungannya baik dengan diri sendiri, realitas dan sesama. *Kawruh begjo* ini dapat meningkatkan kualitas dan martabat manusia, asalkan individu mampu mengolah rasa dengan bijak dan tidak terjebak dalam berbagai aktivitas yang hanya bertujuan memenuhi gejolak keinginan yang tidak teratur.

B. Kemiskinan

1. Definisi Kemiskinan

Kemiskinan merupakan isu global yang melibatkan bukan hanya dimensi sosial dan ekonomi, tetapi juga aspek psikologi. Di Indonesia banyak penelitian yang telah dilakukan oleh para ahli untuk membahas masalah kemiskinan, mulai dari penyebab yang melatarbelakanginya hingga berbagai strategi untuk mengatasi persoalan ini yang pada umumnya menghadapi kemiskinan berkaitan dengan masalah ekonomi. Masalah kemiskinan telah menjadi hal yang sangat umum ditemui, terutama di daerah-daerah yang tergolong miskin dimana tantangan serupa dirasakan. Masalah psikologis menjadi salah satu pendorong kuat terjadinya kemiskinan.

Kondisi kemiskinan dapat menyebabkan terganggunya kondisi psikologis. Merujuk pada beberapa penelitian terdahulu, orang-orang yang terdampak kemiskinan merasa kurang bahagia dan mengalami beberapa gangguan mental seperti; frustrasi, depresi, gangguan kecemasan dan perilaku. Kondisi kesehatan mental dan psikologis dari dampak kemiskinan masih kurang diperhatikan secara baik (Dohrenwend, 1978). Menurut Orgitas (2000) mengatakan rantai kemiskinan tidak akan mungkin bisa diputus apabila tidak ada intervensi secara psikologis, karena kemiskinan masalah yang kompleks untuk mengentaskan kemiskinan yang pertama kali dilakukan adalah pemahaman kondisi psikologis masyarakat miskin itu sendiri.

Kemiskinan umumnya dipahami dalam konteks ketidakcukupan pendapatan dan sumber daya untuk memenuhi kebutuhan dasar. Kemiskinan tidak bisa dilihat secara masalah ekonomi saja, melainkan pemahaman secara psikologis juga sangat diperlukan. Sementara itu, penelitian tentang kemiskinan selama ini lebih banyak menggunakan sudut pandang ekonomi (Markum, 2009).

Menurut Shubik dan Levitan (1980), kemiskinan dapat didefinisikan sebagai ketidakcukupan akan kebutuhan dan pelayanan yang diperlukan untuk dapat membangun standar hidup yang pantas. Kemiskinan tidak hanya fokus pada masalah ekonomi, ada berbagai aspek lainnya, seperti budaya dan sosial politik. Kebutuhan manusia yang lebih luas, tidak hanya terbatas pada kebutuhan dasar yang menjadi salah satu indikator penting dalam memperluas pemahaman tentang kemiskinan secara perspektif psikologis.

Friedmann (1979) menegaskan bahwa kemiskinan adalah kondisi yang muncul akibat ketidakmerataan kesempatan untuk mengumpulkan kekuatan secara psikososial. Kekuasaan psikososial itu sendiri mencakup kesehatan mental, pikiran, dan perilaku seseorang dalam tuntunan masyarakat seperti; organisasi sosial, jaringan relasi yang bermanfaat bagi kehidupan. Siregar dan Wahyuniarti (2008) menjelaskan bahwa seseorang terjebak masalah kemiskinan ditandai ketidakmampuan memenuhi kebutuhan. Secara umum, ketimpangan kondisi kehidupan yang tidak layak rawan menyebabkan kondisi buruk, seperti; stres, depresi dan kecemasan.

Kemiskinan Kuncoro (1997) dikelompokkan dalam tiga pengertian, sebagai berikut:

1. Kemiskinan absolut, merujuk pada keadaan pendapatan tidak cukup untuk memenuhi kebutuhan yang esensial untuk hidup dan bekerja. Rendahnya pendapatan akibat terbatasnya sarana dan prasarana atau faktor-faktor alamiah yang mengakibatkan kemiskinan seperti kelangkaan modal.
2. Kemiskinan kultural, merujuk pada lingkungan sekitar karena pengaruh budaya, enggan menerima bantuan dari orang lain.
3. Kemiskinan relatif, yang berkaitan dengan terhambatnya pembangunan, seperti; kebijakan pembangunan daerah yang tidak stabil dapat mengakibatkan ketimpangan hasil atau pendapatan pada masyarakat.

2. Faktor Penyebab Kemiskinan

Kuncoro (2007) munculnya akibat kemiskinan disebabkan berbagai faktor yang memengaruhi secara signifikan seperti:

1. Perbedaan Pendapat (Makro)

Akibat ketidaksamaan dalam perolehan pendapatan menjadikan kesenjangan antar individu sehingga memunculkan sikap negatif atau ketidakpuasan pada pencapaian diri sendiri dan orang lain.

2. Perbedaan kualitas Sumber Daya Manusia (SDM)

Rendahnya sumber daya manusia menjadikan produktivitas juga cenderung menurun seperti tingkat pendidikan, pelatihan dan pengembangan lainnya sehingga memunculkan masalah perilaku.

3. Perbedaan aksesibilitas

Keterbatasan akses sering kali menyebabkan kesulitan dalam mengoptimalkan potensi yang dimiliki karena terbatas dalam mengembangkannya sehingga muncul sikap *social comparison*.

Manusia memiliki batasan dalam membuat pilihan yang berdampak pada potensi mereka untuk mengembangkan potensi diri. Itang (2015) menyatakan bahwa kemiskinan sering kali dihubungkan dengan:

1. Penyebab kemiskinan yang bersifat individual, sebagai hasil dari perilaku atau batasan kemampuan dari masing-masing individu.
2. Penyebab kemiskinan keluarga, yang mengaitkan kemiskinan akibat kurangnya apresiasi dari pola asuh atau parenting keluarga.
3. Penyebab sub-budaya, yang mengaitkan kemiskinan melalui kebiasaan lingkungan kurangnya memperhatikan produktifitas.
4. Penyebab agensi, peran yang menekankan pada hubungan tindakan individu dan institusi/lembaga lainnya, seperti perang, inflasi dan kebijakan politik pemerintah.
5. Penyebab struktural, kemiskinan akibat struktural terjadi karena kelompok sosial kurang memperhatikan potensi yang ada pada masing-masing individu dan ketergantungan secara personal.

3. Jenis Kemiskinan

Menurut Istan (2017), kemiskinan dapat diklasifikasikan dalam beberapa kategori, meliputi:

1. Kemiskinan Natural

Penyebab utama kemiskinan ialah ketidakberdayaan atau sikap malas pada diri manusia.

2. Kemiskinan Kultural

Kemiskinan ini merupakan jenis kemiskinan yang sumbernya berasal dari budaya yang mereka anut. Dalam konteks ini, ada sifat *inheren* yang dapat membantu seseorang untuk bangkit dari kemiskinan, tetapi juga ada sifat yang justru mendorong mereka untuk tetap terjebak dalam keadaan miskin.

3. Kemiskinan Struktural

Penyebab kemiskinan ini oleh terbatasnya akses sumber daya, yang terjadi pada sistem pemerintahan dan kebijakan politik yang tidak mendukung upaya untuk mengatasi kemiskinan tersebut.

Kemiskinan ditandai oleh tingginya kadar kehidupan yang rendah, di mana sekelompok orang mengalami kesulitan dalam mengakses kehidupan layak, sehingga kesulitan dalam mencapai standar hidup yang umum diterima dalam masyarakat tersebut (Suparlan, 1993).

4. Kemiskinan dalam perspektif Islam

Kemiskinan, dalam pandangan Islam menurut Mazhab Hanafi dan Maliki, adalah suatu kondisi di mana seseorang terpaksa mengandalkan orang lain untuk memenuhi kebutuhan hidupnya, yaitu keadaan di mana individu tidak memiliki sumber daya apapun. Kemiskinan menurut kalangan Syafi'i dan Hambali ialah orang yang mampu mencukupi kebutuhannya, namun belum sepenuhnya mencukupi (Yulasteriyani dkk., 2019).

Terkait dengan definisi miskin diriwayatkan oleh Al-Bukhori (870) dari Hadist Nabi Muhammad SAW bersabda:

لَيْسَ الْمِسْكِينُ الَّذِي تَرُدُّهُ التَّمْرَةُ وَالتَّمْرَتَانِ وَلَا اللَّقْمَةُ وَلَا اللَّقْمَتَانِ إِنَّمَا الْمِسْكِينُ الَّذِي يَتَعَفَّفُ وَافْرَأُوا إِن شِئْتُمْ يَغْنِي قَوْلُهُ {لَا يَسْأَلُونَ النَّاسَ إِحْفَافًا}.

Artinya: “Orang miskin bukanlah mereka yang merasa sudah cukup dengan satu atau dua butir kurma, atau hanya sejumput makanan. Sebaliknya, orang miskin adalah mereka yang tidak meminta bantuan atau menunjukkan keadaan miskin mereka kepada orang lain. Jika anda ingin memahami lebih dalam bacalah firman Allah: “Mereka tidak meminta-minta kepada orang lain (al-Baqarah: 273).” (HR. Al-Bukhori dari Abu Hurairah)

Menurut Shihab dan Fitna (1996) dalam al-Qur’an istilah miskin diartikan sebagai keadaan diam atau tidak bergerak. Bisa disimpulkan salah satu faktor yang menyebabkan kemiskinan adalah sikap pasif, ketidakberdayaan untuk berusaha. Sikap enggan untuk berusaha pada dasarnya adalah sebuah penganiayaan terhadap diri sendiri. Di sisi lain, ketidakmampuan untuk berusaha sering kali disebabkan oleh faktor-faktor eksternal yang dikenal sebagai kemiskinan struktural.

Islam mengingatkan untuk mewaspadaai bahaya kemiskinan. Diriwayatkan oleh Al-Baihaqi (1066):

كَادَ الْفَقْرُ أَنْ يَكُونَ كُفْرًا

Artinya: “Kefakiran (kemiskinan) itu hampir menyebabkan kekafiran.” (HR. Al-Baihaqi dari Anas bin Malik)

Hadist tersebut menjelaskan tentang bahaya kemiskinan, walaupun hadist tersebut dinyatakan sangat lemah oleh para ahli hadist, walaupun dianggap baik maka makna miskin tersebut menjadi miskin hati, seperti tamak dan kufur nikmat (Al-Jauzi, 1201).

Dengan melihat dampak kemiskinan sangatlah berbahaya, Nabi Muhammad SAW lantas berdoa yang diriwayatkan oleh Ahmad (885) dan Daud (899):

اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنَ الْفَقْرِ وَالْقِلَّةِ وَالذَّلَّةِ وَأَعُوذُ بِكَ مِنْ أَنْ أُظْلِمَ أَوْ أُظْلَمَ

Artinya: “*Ya Allah, aku berlindung kepada-Mu dari kefakiran, kemiskinan, dan kehinaan. Dan aku berlindung kepada-Mu jangan sampai aku menzalimi atau dizalimi.*” (HR. Ahmad dan Abu Daud dari Abu Hurairah)

Hal ini semakin jelas ketika kita perhatikan bahwa Allah SWT telah menjanjikan rezeki-Nya kepada makhluk yang disebut-Nya sebagai “*dabbah*”, yang berarti segala sesuatu yang bergerak (Shihab, 2020).

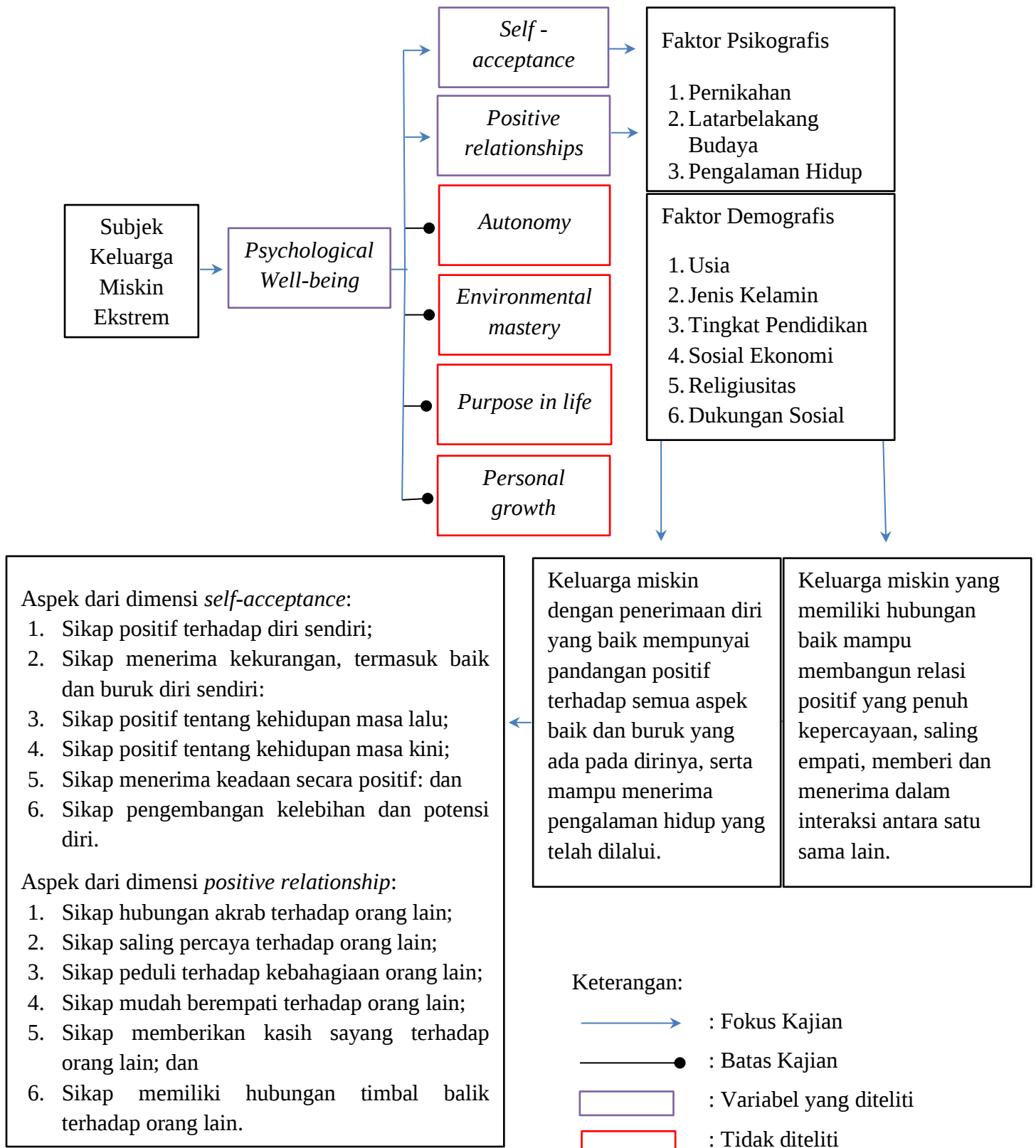
Al-Qur’an menjelaskan mengenai hal tersebut, sebagai berikut:

وَمَا مِنْ دَابَّةٍ فِي الْأَرْضِ إِلَّا عَلَى اللَّهِ رِزْقُهَا وَيَعْلَمُ مُسْتَقَرَّهَا وَمُسْتَوْدَعَهَا
كُلٌّ فِي كِتَابٍ مُبِينٍ {٦}

Artinya: “*Di bumi ini, tidak satupun dabbah atau makhluk yang tidak dijamin rezekinya oleh Allah. Dia mengetahui tempat kediamannya dan penyimpanannya.*” (Q.S Hud:6)

Penjelasan tersebut mengingatkan kita bahwa Allah SWT telah menganugerahkan berbagai karunia-Nya kepada makhluk-Nya. Oleh karena itu, seorang hamba diperintahkan untuk berusaha dan berdoa agar terhindar dari kemiskinan dan dapat memenuhi kebutuhannya.

Gambar 2. 4 Kerangka Berpikir Penelitian



BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Metode penelitian merupakan prosedur saat pengambilan data oleh peneliti secara empiris dan ilmiah. Desain penelitian ini merupakan penelitian kualitatif yang menggunakan pendekatan fenomenologi. Menurut Adlini (2022), penelitian kualitatif merupakan jenis penelitian yang bertujuan untuk menjelaskan, memahami, memperoleh realitas melalui proses berpikir induktif. Peneliti menekankan pentingnya ketepatan dan kecukupan data untuk memperoleh suatu makna dari fenomena dari pada generalisasi. Tujuan utamanya adalah memahami fenomena atau gejala sosial secara mendalam, dengan fokus penyediaan gambaran komprehensif mengenai fenomena yang diteliti (Creswell, 2017). Data penelitian diperoleh dari informan tentang perilaku subjek yang diamati secara alami tanpa adanya rekayasa dengan melakukan observasi, wawancara, dan penelusuran dokumentasi catatan lapangan yang berfokus pada deskripsi textural dan struktural.

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan fenomenologi deskriptif (PFD) dimana peneliti fokus temuan dari pengalaman subjek (Creswell, 2019). Menurut Hadi (2021) penelitian fenomenologi merupakan salah satu pendekatan kualitatif memiliki tujuan untuk memahami pengalaman hidup individu dari perspektif diri mereka. Pendekatan ini berfokus pada cara informan memberikan makna terhadap pengalaman yang mereka jalani. Menurut Fadli (2021), fenomenologi adalah pendekatan yang bertujuan untuk mengungkap, mempelajari, dan memahami fenomena serta konteks unik yang dialami oleh individu, hingga pada tingkat keyakinan pribadi mereka. Sementara itu, Purwanto (2022) menambahkan bahwa fenomenologi kualitatif adalah metode penelitian memiliki tujuan untuk memahami esensi dari pengalaman subjektif individu. Tujuan utama dari pendekatan ini untuk menggali makna mendalam yang subjek alami.

Berdasarkan penjelasan di atas, maka penelitian dengan judul “*Psychological well-being* pada keluarga miskin di wilayah Kecamatan Randudongkal Kabupaten Pemalang” ini merupakan penelitian kualitatif fenomenologi.

B. Lokasi Penelitian

Peneliti melaksanakan penelitian di Kecamatan Randudongkal Kabupaten Pemalang di lima desa meliputi; Desa Randudongkal, Gembyang, Karangmoncol, Semingkir dan Kreyo. Kemudahan dalam memperoleh data menjadi prioritas peneliti. Oleh sebab itu, atas pertimbangan tersebut peneliti memilih lokasi tersebut. Dengan adanya kelengkapan data akan mempermudah peneliti dalam melaksanakan penelitian yang berkaitan dengan “*Psychological well-being* pada keluarga miskin di wilayah Kecamatan Randudongkal Kabupaten Pemalang”.

C. Sumber Data

Perolehan sumber data pada penelitian ini terikat secara langsung dengan partisipan. Oleh sebab itu, penelitian ini menggunakan sumber data primer sebagai sumber data yang diperoleh secara langsung (Sugiyono, 2016). Data diperoleh melalui proses observasi dan wawancara terhadap subjek. Sumber data primer dalam penelitian ini merupakan keluarga miskin ekstrem di wilayah Kecamatan Randudongkal Kabupaten Pemalang.

1. Subjek Penelitian

Subjek penelitian merupakan orang yang dijadikan sebagai sumber informasi yang dibutuhkan oleh peneliti. Menurut Raco (2010) dalam penelitian kualitatif terdapat spesifikasi subjek atau informan sebagai berikut:

- a. Subjek memiliki kemauan serta kemampuan untuk mengomunikasikan dan menceritakan segala sesuatu hal yang berkaitan dengan pengalamannya yang dibutuhkan dalam penelitian sebagai keluarga miskin ekstrem.

- b. Subjek secara langsung mengalami peristiwa atau pengalaman tersebut guna memenuhi kredibilitas terhadap informasi yang dibutuhkan dalam penelitian keluarga miskin ekstrem.

Penelitian yang peneliti lakukan ialah meneliti subjek keluarga yang mengalami kemiskinan ekstrem di wilayah Kecamatan Randudongkal Kabupaten Pemalang.

2. Karakteristik Subjek

Dalam menentukan sampel, peneliti menggunakan teknik *purposive sampling*, yaitu bertujuan untuk memperoleh variasi pengalaman yang nyata dan representatif dengan pertimbangan ciri-ciri khusus dalam menentukan subjek penelitian (Adji, 2024). Peneliti mengkhususkan subjek dalam penelitian ini, sebagai berikut:

- a. Keluarga miskin ekstrem yang masuk pada data Pensasaran Percepatan Penghapusan Kemiskinan Ekstrem (P3KE) Kementerian Sosial RI.
- b. Keluarga miskin ekstrem yang tidak memiliki rumah layak huni, tidak memiliki arus listrik, tidak memiliki air bersih, anak putus sekolah, anggota keluarga disabilitas, tidak bekerja atau pengangguran dan anak rawan stunting.
- c. Keluarga miskin ekstrem berasal dari 5 desa di wilayah Kecamatan Randudongkal Kabupaten Pemalang dari Desa Randudongkal, Gembyang, Karangmoncol, Semingkir dan Kreyo.
- d. Bersedia terlibat dalam proses penelitian dari awal hingga akhir.

D. Teknik Pengumpulan Data

Pengambilan data dalam penelitian kualitatif diperoleh melalui kondisi alamiah subjek yang diteliti (Murdiyanto, 2020). Pengambilan data berfungsi untuk mendapatkan makna peristiwa dari setiap perilaku subjek. pengumpulan data dalam penelitian kualitatif menerapkan dua metode seperti observasi dan wawancara (Raco, 2010). Dalam pengumpulan data, keterlibatan peneliti dan subjek harus ada dalam setiap proses dan tidak dapat diwakilkan, sebab penelitian kualitatif mengutamakan pemahaman dan pemaknaan alamiah subjek. Keahlian peneliti bersikap tekun dan penuh perhatian sangat dibutuhkan dalam segala proses pengambilan data guna untuk mengungkap fenomena dari pengalaman subjek sebagai keluarga kemiskinan ekstrem. Oleh karena itu, peneliti memperkaya data melalui proses observasi dan wawancara:

1. Observasi

Observasi adalah kegiatan yang menitikberatkan pengamatan pada suatu objek dengan mengamati segala bentuk perilaku subjek di lapangan untuk memperoleh data dengan memanfaatkan seluruh alat indra salah satunya ialah ekspresi dan perilaku subjek saat dalam proses wawancara berlangsung, dikarenakan observasi merupakan suatu metode yang digunakan untuk mengungkap perilaku subjek yang terlihat saat wawancara (Raco, 2010). Oleh karena itu, peneliti melaksanakan observasi dengan melakukan pengamatan menggunakan pedoman yang terstruktur untuk memperoleh data dengan mengamati setiap fenomena yang ditunjukkan oleh subjek. Tujuannya untuk mengetahui kondisi alamiah ketika subjek menunjukkan perilaku khusus yang berhubungan dengan permasalahan *psychological well-being* yang terjadi pada subjek. Dengan demikian, peneliti memperoleh data akurat serta mencatatnya secara naratif semua data hasil dari

observasi terkait *psychological well-being* pada keluarga miskin di wilayah Kecamatan Randudongkal Kabupaten Pemalang.

Tabel 3. 1 Panduan Observasi

Uraian
Perbedaan sikap yang ditunjukkan subjek sebelum dan setelah wawancara
Reaksi perilaku atau gestur tubuh yang ditunjukkan subjek ketika peneliti bertanya tentang permasalahan yang dialami akibat kemiskinan ekstrem
Reaksi emosional yang terlihat dari ekspresi terhadap pertanyaan-pertanyaan tertentu yang diajukan oleh peneliti
Perilaku subjek dalam menangani reaksi emosional negatif yang muncul saat wawancara

2. Wawancara

Wawancara merupakan metode yang digunakan untuk memperoleh informasi dari subjek melalui sesi tanya jawab yang bersifat sepihak oleh karena itu peneliti dituntut untuk menempatkan diri sesuai dengan persepsi subjek. Hal Ini juga merupakan cara efektif dalam menyatukan data dengan mengutarakan pertanyaan kepada subjek yang sedang diwawancarai agar subjek dapat terbuka memudahkan peneliti dalam perolehan data (Hadi, 2021). Wawancara dalam penelitian kualitatif terdiri atas wawancara terstruktur, semi-terstruktur dan tidak terstruktur. Proses tanya jawab dapat dipastikan berjalan baik, peneliti menerapkan metode wawancara terstruktur yang bertujuan untuk mencari penjelasan suatu fenomena atau pengalaman yang dialami oleh subjek. Dalam proses penelitian, peneliti menggunakan pertanyaan yang tertulis dalam pedoman, akan tetapi dapat peneliti kembangkan pertanyaannya sesuai dengan alur peristiwa yang subjek alami. Tujuannya untuk mendapatkan informasi secara akurat serta menyeluruh. Peneliti menggunakan

pendekatan wawancara mendalam untuk memperoleh data dari setiap pengalaman subjek (Abdussamad, 2022).

Tabel 3. 2 Instrumen Wawancara

Identitas Subjek		
1. Inisial : 2. Usia : 3. Jenis Kelamin : 4. Pendidikan : 5. Pekerjaan : 6. Agama : 7. Status Perkawinan : 8. Tempat Tinggal : 9. Pendapatan :		
Dimensi	Aspek	Informasi yang diungkap
<i>Self-acceptance</i>	1. Sikap positif terhadap diri sendiri	• Mampu memahami diri sendiri, termasuk perasaan dan perilaku • Percaya akan norma-norma dan keyakinan-keyakinan diri
	2. Sikap menerima kekurangan, termasuk baik dan buruk diri sendiri	• Tidak menyalahkan keterbatasan diri • Menerima kekurangan tanpa menyesalinya
	3. Sikap positif tentang kehidupan masa lalu	• Menghentikan pembicaraan negatif terhadap kejadian masa lalu • Menerima diri apa adanya
	4. Sikap positif tentang kehidupan masa kini	• Melihat masalah sebagai tantangan • Mampu memikul tanggungjawab atas perilaku diri
	5. Sikap menerima keadaan secara positif	• Mampu menerima pujian atau celaan secara objektif

		Memiliki penghargaan yang realistis
	6. Sikap pengembangan kelebihan dan potensi diri	- Memiliki harapan yang realistis - Tidak menjadi budak opini orang lain
<i>Positive relationship</i>	1. Sikap hubungan akrab terhadap orang lain	- Memiliki hubungan saling mendukung - Berinteraksi dalam segala kondisi
	2. Sikap saling percaya terhadap orang lain	- Berkomunikasi secara intensif dan saling menjaga rahasia - Memberikan dukungan emosional
	3. Sikap peduli terhadap kebahagiaan orang lain	- Merasakan yang orang lain rasakan - Memberikan respon yang baik
	4. Sikap mudah berempati terhadap orang lain	- Menunjukkan keprihatinan yang mendalam - Tidak memberikan sikap kasar atau kejam
	5. Sikap memberikan kasih sayang terhadap orang lain	- Menunjukkan pengorbanan kenyamanan diri demi kebahagiaan orang lain - Menunjukkan sikap perilaku peduli terhadap kepentingan umum daripada kepentingan pribadi
	6. Sikap memiliki hubungan timbal balik terhadap orang lain	- Menunjukkan sikap, perilaku dan perkataan yang menyebabkan orang lain merasa senang dan aman - Menunjukkan sikap dan tindakan yang selalu ingin memberi bantuan pada orang lain yang membutuhkan

E. Prosedur Analisis dan Interpretasi Data

Analisis data merupakan proses dalam menjelajahi data dengan membentuk sistematis data yang diperoleh dari observasi dan wawancara kemudian ditarik kesimpulan. Analisis data bertujuan untuk memahami fenomena yang sedang diteliti guna mempermudah mendapatkan makna dari data yang diperoleh. Melalui analisis data, peneliti bisa memperjelas fenomenanya terhadap permasalahan yang sedang diteliti. Dengan melakukan analisis, peneliti akan lebih mudah menangkap makna dari setiap data yang diperoleh. Pada analisis data ini, peneliti menggunakan metode *Descriptive Phenomenological Analysis* (DPA). Metode *Descriptive Phenomenological Analysis* (DPA) merupakan metode pendekatan dalam penelitian kualitatif yang bertujuan untuk menggambarkan secara mendetail apa yang dialami dan dirasakan oleh subjek secara sadar dari pengalamannya tanpa rekayasa apapun (Giorgi, 2020). Langkah-langkah analisis data dalam metode *Descriptive Phenomenological Analysis* (DPA) yang diusulkan oleh Giorgi (2020), seperti yang dijelaskan dalam buku “Psikologi Kualitatif” karya Smith (2009) adalah sebagai berikut:

1. Menggunakan epoche.

Epoche adalah tidak mencampuradukkan perspektif dalam proses visualisasi permasalahan yang dihadapi pelaku. Peneliti diharuskan memosisikan perspektifnya ke dalam sudut pandang informan.

2. Menganalisis transkrip secara berkala agar mendapatkan penjelasan yang mendalam terhadap fenomena yang terjadi.

Peneliti melakukan pendalaman terhadap perolehan wawancara dan observasi, dengan membacanya berulang-ulang. Peneliti menetapkan pengkodean untuk menghimpun data ke dalam kategori tertentu. Tujuannya adalah untuk memperoleh penjelasan yang mendalam mengenai fenomena yang diteliti, sehingga dapat dihasilkan makna yang jelas dan spesifik.

3. Menentukan definisi yang tepat.

Mencakup dinamika psikologis mengenai maksud dari pengalaman subjek. Tahapan ini sangat berpaut pada kemampuan peneliti dalam menggambarkan makna tersebut dengan menggunakan bahasa psikologis yang sesuai, mencerminkan kondisi pikiran, perasaan, dan perilaku individu. Langkah ini dikenal sebagai pendefinisian tekstural.

4. Membuat definisi struktural.

Langkah berikutnya dalam penelitian ini adalah menyusun definisi struktural. Hal ini merupakan konsep psikologi yang digunakan untuk mendeskripsikan peristiwa. Proses ini, peneliti berusaha untuk melakukan generalisasi dari definisi tekstural menjadi struktur yang dialami oleh informan.

5. Menjelaskan definisi struktural.

Peneliti menyampaikan secara komprehensif serta mengaitkan pengalaman informan secara langsung dengan istilah konsep psikologi. Upaya ini adalah menyampaikan penjelasan yang bersifat ilmiah dan berbasis empiris terkait pengalaman tersebut. Karakteristik utama dari tahapan ini ialah peneliti menyajikan hasil interpretasinya dengan cara yang logis.

6. Menggali esensi pengalaman.

Peneliti menjelaskan esensi dari proses interpretasi yang dilakukan terhadap pengalaman subjek. Hal ini dihasilkan melalui penyampaian arti, serta definisi tekstural dan struktural yang selesai diproses.

F. Pengujian Keabsahan Data

Pengujian keabsahan data sangat penting untuk mengonfirmasi kebenaran informasi yang diperoleh. Pada penelitian ini, peneliti menerapkan teknik triangulasi metodologis yang dikemukakan oleh Creswell (2019), di mana wawancara dijadikan sebagai sumber data utama, sementara hasil observasi digunakan sebagai data tambahan untuk proses epoche dan memahami eidetik pada subjek. Selain itu, peneliti juga memperkaya informasi dengan merujuk pada jurnal ilmiah, buku, dan dokumentasi lain yang relevan dari subjek penelitian.

Beberapa tahapan dalam pengujian data, seperti yang dijelaskan oleh Murdiyanto (2020), meliputi; uji kredibilitas, uji transferabilitas, uji dependabilitas, dan uji konfirmabilitas:

1. Uji kredibilitas (keterpercayaan)

Dalam penetapan uji kredibilitas data menggunakan triangulasi yang merujuk pada proses membandingkan data yang diperoleh melalui berbagai metode pengumpulan informasi untuk mengecek kebenarannya dan membandingkan dengan perspektif teori yang relevan untuk menghindari bias individual peneliti atas temuan atau kesimpulan yang dihasilkan. Tujuan utama triangulasi ini adalah untuk menelaah kembali data yang berasal dari berbagai sumber penelitian yang berbeda. Semakin serasi atau sejajar data yang diperoleh, maka semakin baik hasil yang akan didapatkan. Hasil triangulasi dapat memberikan makna yang lebih mendalam dan meyakinkan. Pertama; peningkatan validitas (kebenaran) dan reliabilitas (keandalan) bahwa temuan penelitian tidak hanya berdasarkan satu metode atau sumber data sehingga meningkatkan kepercayaan pada hasil yang diperoleh. Kedua; pengurangan bias dapat mengurangi subjektivitas dan bias yang mungkin muncul dari satu sumber data atau tunggal. Ketiga; pengayaan pemahaman untuk melihat fenomena berbagai sudut pandang yang dapat memperkaya pemahaman tentang masalah yang diteliti.

2. Uji transferabilitas (keteralihan)

Transferabilitas adalah salah satu tahap dalam pengujian keabsahan yang bertujuan untuk mencapai kesamaan persepsi antara penulis dan pembaca. Dengan hal ini, peneliti berupaya mengidentifikasi apakah hasil penelitian *psychological well-being* pada keluarga miskin di wilayah Kecamatan Randudongkal Kabupaten Pemalang, dan dapat juga diterapkan pada keluarga miskin di daerah lain.

3. Uji dependabilitas (kebergantungan)

Teknik ini berkaitan erat dengan sikap tanggung jawab peneliti dalam menjalankan penelitian. Aspek ini mencakup konsistensi peneliti dalam mengumpulkan data serta kemampuan untuk menciptakan pola dan konsep saat menarik kesimpulan mengenai *psychological well-being* keluarga miskin di wilayah Kecamatan Randudongkal Kabupaten Pemalang.

4. Uji konfirmabilitas (kepastian data)

Konfirmabilitas berkaitan dengan kemampuan peneliti untuk membuktikan bahwa hasil penelitian yang disajikan sesuai dengan data lapangan yang telah dilampirkan. Ini merupakan wujud transparansi dari peneliti kepada pembaca. Pada tahap akhir uji keabsahan data, peneliti diharapkan dapat menjelaskan hasil penelitian secara maksimal, dengan cara yang jujur dan sesuai dengan kaidah penulisan yang berlaku.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Subjek

1. Proses Penemuan Subjek

Peneliti akan menjelaskan proses penemuan subjek sebelum peneliti melanjutkan membahas hasil penelitian yang lebih mendalam. Penentuan subjek berawal dari hasil pengamatan peneliti terhadap keluarga kemiskinan ekstrem dengan kriteria tidak memiliki rumah layak huni, tidak memiliki arus listrik, tidak memiliki air bersih, anak putus sekolah, anggota keluarga disabilitas, tidak bekerja atau pengangguran dan anak rawan stunting (Kemensos RI, 2024). Setelah melihat adanya permasalahan psikologis yang terjadi akibat kemiskinan ekstrem. Peneliti melakukan studi pendahuluan kepada lima subjek keluarga miskin ekstrem tersebut dan hasilnya ditemukan permasalahan yang lebih kompleks berkaitan dengan keadaan psikologisnya. Kelima subjek tersebut memenuhi kriteria yang sudah ditentukan peneliti. Subjek berasal dari Desa Gembyang, Desa Randudongkal, Desa Semingkir, Desa Karangmoncol, dan Desa Kreyo yang masuk dalam wilayah Kecamatan Randudongkal Kabupaten Pematang.

Peneliti menemui subjek dan meminta kesediaan waktunya guna memenuhi kebutuhan data penelitian selanjutnya. Setelah kelima subjek menyetujui dan sepakat, peneliti kemudian menyusun instrumen wawancara dan observasi guna mengambil data selanjutnya. Pengambilan data berlangsung pada bulan April 2025 dengan menggunakan teknik wawancara terstruktur dan observasi *observer as participant*. Peneliti mengambil foto setelah proses wawancara sebagai data pendukung dalam penelitian. Berikut tabel jadwal observasi dan wawancara dengan subjek:

Tabel 4. 1 Jadwal Pertemuan Subjek

No.	Inisial	Tanggal	Waktu	Tempat	Keperluan
1.	IP	23 April 2025	09.29 - 10.34	Rumah Subjek RT. 02 RW. 02 Desa Gembyang	Observasi
2.	SM	23 April 2025	11.46 - 13.05	Rumah Subjek RT. 01 RW. 01 Desa Kreyo	Observasi
3.	MJ	23 April 2025	13.37 - 14.55	Rumah Subjek RT. 09 RW. 03 Desa Karangmoncol	Observasi
4.	SF	24 April 2025	10.18 - 12.02	Rumah Subjek RT. 19 RW. 02 Desa Randudongkal	Observasi
5.	SR	24 April 2025	14.12 - 15.34	Rumah Subjek RT. 08 RW. 02 Desa Semingkir	Observasi
6.	IP	25 April 2025	09.53 - 10.11	Rumah Subjek RT. 02 RW. 02 Desa Gembyang	Wawancara
7.	SM	26 April 2025	10.44 - 11.06	Rumah Subjek RT. 01 RW. 01 Desa Kreyo	Wawancara
8.	SF	27 April 2025	12.51 - 13.38	Rumah Subjek RT. 19 RW. 02 Desa Randudongkal	Wawancara
9.	MJ	28 April 2025	14.23 - 14.50	Rumah Subjek RT. 09 RW. 03 Desa Karangmoncol	Wawancara
10.	SR	29 April 2025	09.28 - 09.53	Rumah Subjek RT. 08 RW. 02 Desa Semingkir	Wawancara

2. Deskripsi Subjek

a) Subjek I (IP)

Berdasarkan data diri yang subjek sampaikan, diperoleh informasi bahwa subjek IP berusia 25 tahun dan berjenis kelamin perempuan. Pendidikan terakhirnya sekolah dasar, pekerjaan subjek sebagai ibu rumah tangga dengan status perkawinan cerai hidup; hidup bersama dua anak; hidup bersama orang tua dan dua saudaranya dengan perkiraan pendapatan Rp. 100.000,- per-minggu dan subjek bertempat tinggal di Desa Gembyang RT. 02 RW. 02 Kecamatan Randudongkal.

b) Subjek II (SF)

Berdasarkan data diri yang subjek sampaikan, diperoleh informasi bahwa subjek SF berusia 28 tahun dan berjenis laki-laki. Pendidikan terakhirnya sekolah menengah pertama, pekerjaan subjek sebagai penjual roti bakar dengan status perkawinan cerai hidup satu anak; hidup sendiri, anaknya ikut mantan istrinya dengan pendapatan Rp. 30.000,- atau Rp. 45.000,- per-hari dan subjek bertempat tinggal di Desa Randudongkal RT. 19 RW. 02 Kecamatan Randudongkal.

c) Subjek III (SR)

Berdasarkan data diri yang subjek sampaikan, diperoleh informasi bahwa subjek SR berusia 35 tahun dengan jenis kelamin perempuan. Pendidikan terakhirnya sekolah dasar, pekerjaan subjek sebagai ibu rumah tangga dengan status perkawinan kawin; hidup bersama suami dan tiga anak dengan perkiraan pendapatan Rp. 150.000,- per-minggu dan subjek bertempat tinggal di Desa Semingkir RT. 08 RW. 02 Kecamatan Randudongkal.

d) Subjek IV (MJ)

Berdasarkan data diri yang subjek sampaikan, diperoleh informasi bahwa subjek MJ berusia 37 tahun dengan jenis kelamin perempuan. Pendidikan terakhir sekolah menengah pertama, pekerjaan subjek sebagai ibu rumah tangga dengan status perkawinan kawin; hidup bersama suami dan 4 anak salah satu anaknya mengalami *down syndrome* dengan pendapatan perkiraan Rp. 1.200.000,- per-bulan dan subjek tinggal di Desa Karangmoncol RT. 09 RW. 03 Kecamatan Randudongkal.

e) Subjek V (SM)

Berdasarkan data diri yang subjek sampaikan, diperoleh informasi bahwa subjek SM berusia 47 tahun dengan jenis kelamin laki-laki. Pendidikan terakhir tidak bersekolah, pekerjaan subjek sebagai penggiling padi di *Rice Mill* dengan status perkawinan tidak kawin; hidup bersama tiga saudaranya salah satu saudaranya mengalami tunagrahita dengan pendapatan Rp. 30.000,- per-hari dan subjek tinggal di Desa Kreyo RT. 01 RW. 01 Kecamatan Randudongkal.

Tabel 4. 2 Identitas Subjek

Subjek	Usia	Jenis Kelamin	Pendidikan Terakhir	Status Perkawinan	Alamat	Pendapatan
Subjek I (IP)	25 tahun	Perempuan	SD	Cerai hidup	RT. 02 RW. 02 Desa Gembyang	Rp. 100.000,- per-minggu
Subjek II (SF)	28 tahun	Laki-laki	SMP	Cerai hidup	RT. 19 RW. 02 Desa Randudongkal	Rp. 30.000,- atau Rp. 45.000,- per-hari
Subjek III (SR)	35 tahun	Perempuan	SD	Kawin	RT. 08 RW. 02 Desa Semingkir	Rp. 150.000,- per-minggu
Subjek IV (MJ)	37 tahun	Perempuan	SMP	Kawin	RT. 09 RW. 03 Desa Karangmoncol	Rp. 1.200.000,- per-bulan
Subjek V (SM)	47 tahun	Laki-laki	Tidak Bersekolah	Tidak Kawin	RT. 01 RW. 01 Desa Kreyo	Rp. 30.000,- per-hari

B. Hasil Temuan dan Analisis Data

1. Deskripsi Hasil Temuan

Pada hasil penemuan, peneliti akan menjelaskan atau menggambarkan hasil yang berkaitan dengan pembahasan yang berfokus pada penelitian yang telah ditentukan sebelumnya. Pada pembahasan ini, peneliti menyampaikan penjelasan berdasarkan hasil yang diperoleh melalui wawancara mendalam dengan subjek. Kemudian hasil wawancara disusun dengan bentuk transkrip dan horisonalisasi. Peneliti juga mencatat poin penting dari pernyataan subjek yang berkaitan dengan tema penelitian, lalu peneliti memberi kode-kode khusus pada setiap pernyataan subjek guna keabsahan data. Kode tersebut digunakan pada proses penulisan transkrip wawancara guna mempermudah peneliti dalam menjelaskan poin-poin penting hasil dari wawancara. Contoh kode tersebut seperti (W.SI.11) yang memiliki arti W adalah wawancara; SI yaitu subjek pertama; 11 merupakan baris nomer sebelah dalam tabel transkrip wawancara.

Setelah peneliti melakukan proses penelitian, ditemukan hasil data dari proses wawancara dan observasi pada setiap subjek. Kemudian peneliti membaca secara berulang dan melakukan analisis makna secara mendalam terhadap data-data yang diperoleh. Berdasarkan wawancara pada subjek IP, SF, SR, MJ, dan SM peneliti mencoba memperoleh gambaran dinamika *psychological well-being* dari kelima subjek. Peneliti menggunakan dua dimensi *psychological well-being* yang berfokus pada *self-acceptance* (penerimaan diri) dan *positive relationship* (hubungan positif) menurut (Ryff, 1989) sebagai pedoman dalam menggambarkan *psychological well-being* pada setiap subjek. Aspek dari dimensi *self-acceptance* atau penerimaan diri tersebut meliputi, 1) Sikap positif terhadap diri sendiri; 2) Sikap menerima kekurangan, termasuk baik dan buruk diri sendiri; 3) Sikap positif tentang

kehidupan masa lalu; 4) Sikap positif tentang kehidupan masa kini; 5) Sikap menerima keadaan secara positif; 6) Sikap pengembangan kelebihan dan potensi diri (Ryff, 2022). Kemudian aspek dari dimensi *positive relationship* atau hubungan positif tersebut meliputi, 1) Sikap hubungan akrab terhadap orang lain; 2) Sikap saling percaya terhadap orang lain; 3) Sikap peduli terhadap kebahagiaan orang lain; 4) Sikap mudah berempati terhadap orang lain; 5) Sikap memberikan kasih sayang terhadap orang lain; 6) Sikap memiliki hubungan timbal balik terhadap orang lain (Ryff, 2024). Berikut merupakan gambaran hasil penelitian yang dilengkapi dengan kode dan kutipan hasil wawancara dari masing-masing subjek.

a) Subjek I (IP)

Subjek IP menunjukkan kegelisahannya dengan meremas-remas tangan dan menggerakkan menggosok-gosok lengan, kemudian subjek banyak melakukan nafas cepat dan berbicara cepat selama wawancara berlangsung. Sepanjang wawancara berlangsung, subjek dalam menjawab banyak menghadap ke atas dan saat pertanyaan disampaikan; subjek mengosok-gosok leher belakang dengan tangan. Beberapa sikap tersebut dapat diartikan sebagai reaksi psikologis oleh subjek. Subjek masih rentan secara psikologis terhadap kemiskinannya; subjek menganggap kemiskinan yang dialaminya menjadikan kesulitan dan kesusahan dalam hidupnya yang mengakibatkan subjek kesulitan bersikap positif pada diri sendiri dan kesulitan menerima kekurangan dirinya.

“...Yaa, beginilah , serba kesulitan...” (W.SI.8)

“...Yaa, sangat menghambat...” (W.SI.20)

Subjek IP mengalami perubahan secara emosional setelah mengalami kemiskinan ekstrem. Dalam hal ini subjek merasa sedih dan menyesal terhadap kondisi yang dialami sebagai keluarga kemiskinan ekstrem. Sehingga mengakibatkan subjek kesulitan bersikap positif terhadap kejadian masa lalu dan kesulitan menerima keadaan masa kini.

“...Galau mas. Sedih kalau diceritain...” (W.SI.28)

“...Serba kesusahan mas...” (W.SI.34)

Selain dampak secara psikologis, kemiskinan ekstrem subjek juga berdampak pada sikap positif terhadap keadaan, serta dalam mengembangkan potensi dirinya menjadi terhambat. Subjek dalam menjalankan kehidupan hari-hari selalu mendapatkan kejadian yang tidak menyenangkan dan menunjukkan sikap sensitif.

“...Yaa, bagaimana lagi, pengen marah...” (W.SI.38)

“...Ada yang memuji baik sama buruk, seringnya memandang buruk. Saya ngga mau dipuji, namanya orang susah ngapain minta dipuji...” (W.SI.42)

Kemiskinan ekstrem juga berimbas pada kondisi sosial subjek IP karena masalah kemiskinan ekstrem menjadikan subjek kesulitan dalam membentuk hubungan akrab dan saling percaya.

“...Cukup baik, kadang kurang baik...” (W.SI.62)

“...Saya lihat dari omongannya, bisa dijaga apa ngga...”
(W.SI.78)

Selain itu, akibat kemiskinan ekstrem juga menyebabkan subjek kesulitan dalam membangun sikap peduli dan empati kepada orang lain.

“...Kadang peduli...” (W.SI.84)

“...Ngaapain ditolong, orang dia ngga peduli...” (W.SI.86)

Setelah meguraikan dampak-dampak yang terjadi pada subjek sebagai keluarga kemiskinan ekstrem, peneliti kemudian memaparkan data yang diperoleh mengenai *psychological well-being* subjek berdasarkan setiap aspek dari dua dimensi *psychological well-being* yaitu *self-acceptence* dan *positive relationship*.

1. *Self-acceptance* (Penerimaan diri)

a. Sikap positif terhadap diri sendiri

Dampak yang dialami subjek IP akibat kemiskinan ekstrem adalah psikologisnya. Subjek IP tidak mampu melakukan proses sikap positif. Kemudian subjek IP kesulitan dalam menghadapi situasi yang terjadi akibat kemiskinan ekstremnya. Subjek serba kesulitan dalam menilai dirinya dan marah ke orang lain. Hal ini menjadi tanda kurangnya kemampuan bersikap positif terhadap diri sendiri oleh subjek.

“...Gimana ya....? Ya biasa...” (W.SI.2)

“...Ya sulit...” (W.SI.4)

“...Ngga pernah, marahnya sama orang lain...” (W.SI.10)

b. Sikap menerima kekurangan, termasuk baik dan buruk diri sendiri

Subjek IP kesulitan berupaya untuk bersikap menerima atas kekurangan yang dihadapi, merasa berbeda dengan orang lain. Kemudian subjek IP menyesal terhadap kekurangan yang ia miliki dan kekurangan yang dimilikinya menjadi penghambat.

“...Ngga ada sih, Cuma kadang mikir kok saya gini-gini aja susah hidupnya...” (W.SI.14)

“...Yaa, sangat menghambat...” (W.SI.20)

c. Sikap positif tentang kehidupan masa lalu

Dampak kemiskinan ekstrem membuat subjek IP kesulitan menerima keadaan yang terjadi, menurutnya masa lalunya lebih baik. Subjek IP dalam membayangkan masa lalu sambil menetes air mata, subjek merasakan keadaanya berbeda drastis antara masa lalu dan yang sekarang terjadi, akan tetapi subjek IP tidak putus asa.

“...Jauh beda. Beda banget pokoknya...” (W.SI.22)

“...Yaa. Intinya jauhlah. Sekarang serba susah...” (W.SI.24)

“...Ngga ada. Lebih ke ngga terima aja sama keadaan sekarang...” (W.SI.30)

d. Sikap positif tentang kehidupan masa kini

Kemiskinan ekstrem menjadikan subjek IP serba kesulitan dan merasa tidak puas atas kehidupan yang dijalani. Kemudian subjek IP sangat sensitif terhadap kendali emosionalnya.

“...Yaa, cukup sulit...” (W.SI.32)

“...Sangat tidak puas...” (W.SI.36)

“...Pernah, kok kaya gini amat perubahannya...” (W.SI.40)

e. Sikap menerima keadaan secara positif

Subjek IP tidak mampu untuk mengendalikan diri dalam menghadapi keadaan yang terjadi menjadikannya sulit untuk berpikir positif. Subjek IP kesulitan mengendalikan diri yang mengakibatkan subjek IP mudah tersinggung dan kecewa terhadap kenyataan yang terjadi.

“...Seringnya saya tersinggung. Orang susah kok dipuji...” (W.SI.44)

“...Marah mas...” (W.SI.46)

“...Seringnya sih saya kecewa, yaa kaya gitulah...” (W.SI.50)

f. Sikap pengembangan kelebihan dan potensi diri

Akibat dari dampak kemiskinan ekstrem subjek IP sulit dalam mengembangkan diri, subjek IP hanya berfokus pada kekurangan yang dimiliki tanpa melihat kelebihan. Kemudian subjek IP merasa masalah ekonomi menjadi pembatas tidak bisa melakukan hal yang lebih baik.

“...Ngga ada kelebihan, adanya kekurangan terus...”
(W.SI.52)

“...Yaa. Menjalani sehari-hari sama anak...” (W.SI.58)

“...Iyaa, masalah ekonomi, kesulitan terus mas...”
(W.SI.60)

2. Positive relationship (Hubungan positif)

a. Sikap hubungan akrab terhadap orang lain

Pada aspek ini, subjek IP kesulitan dalam menjalin hubungan dengan orang-orang sekitar, menjalin hubungan dengan orang-orang sekitar hanya secukupnya.

“...Biasa aja, mereka juga sama-sama susah. Ngga ada yang aneh...” (W.SI.64)

b. Sikap saling percaya terhadap orang lain

Subjek IP mampu menjalin hubungan baik dengan lingkungan, saling menceritakan kisah hidupnya masing-masing.

“...Yaa, sering curhat-curhat gitu sih, ngomongin ekonomi kebutuhan hidup...” (W.SI.76)

“...Kalau rahasia yang baik tak sampaikan, kalau yang aib ngga tak sampaikan, saya pendem sendiri...” (W.SI.80)

c. Sikap peduli terhadap kebahagiaan orang lain

Subjek IP menunjukkan sikap tidak peduli dan tidak senang terhadap kebahagiaan orang lain, kemudian subjek IP kesulitan untuk menunjukkan kepeduliaannya terhadap kebahagiaan orang lain.

“...Ngga tau ya mas, males ngeliatnya...” (W.SI.88)

“...Ngga sih, ngapain juga...” (W.SI.90)

d. Sikap mudah berempati terhadap orang lain

Subjek IP menunjukkan sikap peduli terhadap sekitar. Kemudian subjek IP senang masih ada orang yang mempercayainya, bahkan jika subjek IP diminta solusi akan memberikan dengan senang hati.

“...Yaa membantu, kalau ada rejeki...” (W.SI.92)

“...Saya dengarkan, terima kasih sudah percaya sama saya...” (W.SI.96)

“...Cukup pahami, dan kalau minta solusi ya tak kasih...” (W.SI.100)

e. Sikap memberikan kasih sayang terhadap orang lain

Subjek IP memiliki kasih sayang yang mendalam terutama untuk anak-anaknya dan menyayangi juga kepada orang yang sayang kepada anaknya. Kemudian subjek IP kesulitan dalam menerima keadaan, subjek IP merasa sedih tidak ada yang menerimanya, bahkan sering direndahkan oleh orang lain.

“...Yaa, berkorban semampunya. Kalau untuk anak apa saja tak lakukan. Tapi ngga juga sih...” (W.SI.102)

“...Kalau mereka sayang sama anak saya, yaa tak sayang balik...” (W.SI.104)

“Ya, memang ngga ada yang menerima keadaan saya...” (W.SI.106)

“...Seringnya direndahkan, saya cukup ngerti, ngga usah diambil pusing pergi dari sini aja...” (W.SI.110)

f. Sikap memiliki hubungan timbal balik terhadap orang lain

Subjek IP kesulitan dalam berhubungan timbal balik, justru subjek IP sering mendapatkan kekecewaan. Kemudian subjek IP enggan berhubungan dengan orang sekitar, bahkan subjek IP merasa takut dan trauma dengan tetangga belakang rumah. Akan tetapi subjek IP berusaha untuk selalu baik.

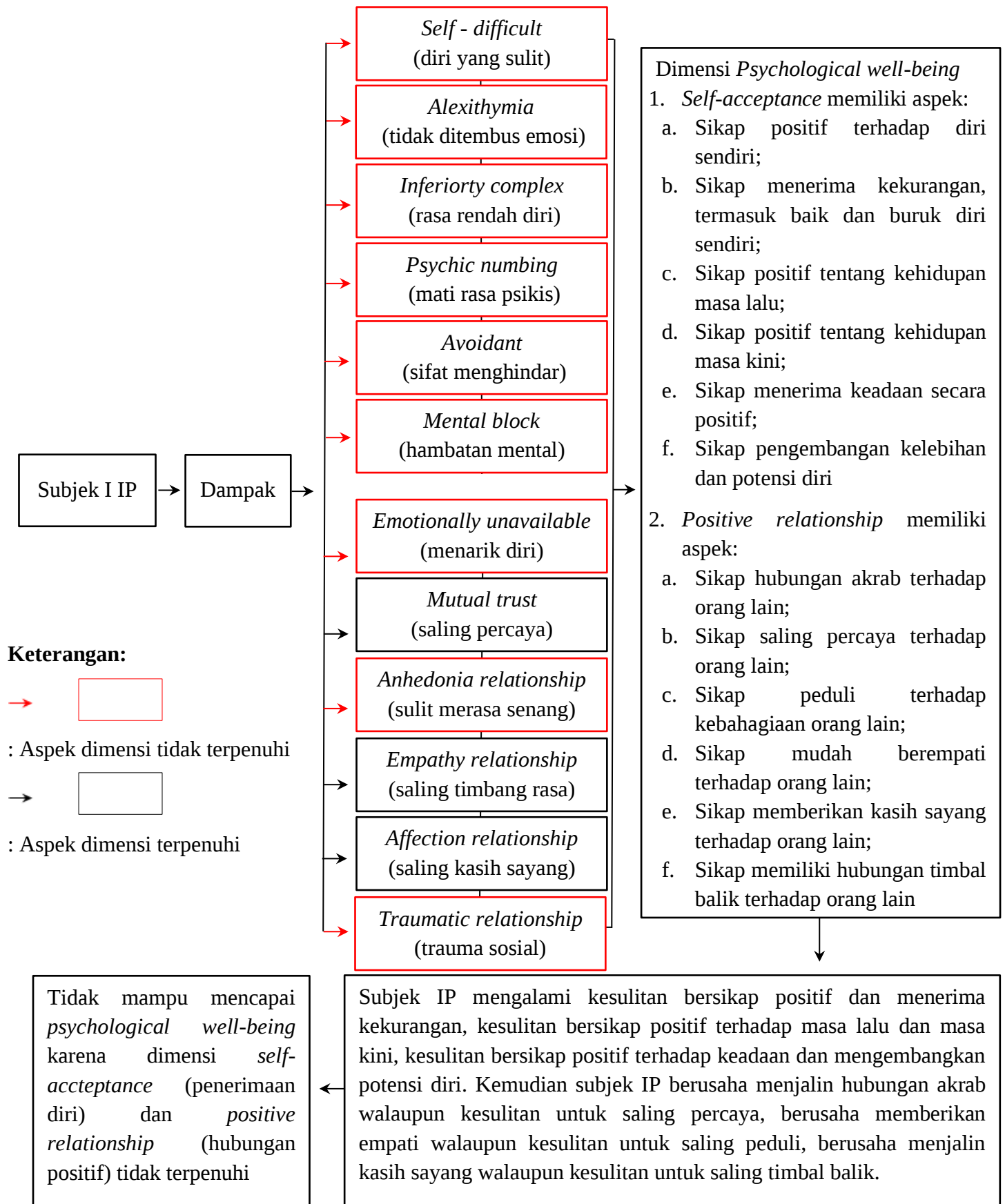
“...Sering mas, sakit dikecewaain...” (W.SI.112)

“...Yaa itu mas, bekalang rumah sukanya ngejelek-jelekin saya...” (W.SI.116)

“...Iyaa saya sering takut dan trauma...” (W.SI.118)

“...Iyaa, tapi ngga sama orang yang udah nyakitin sama bikin kecewa...” (W.SI.120)

Gambar 4. 1 Skema Dinamika *Psychological Well-Being* Subjek IP



b) Subjek II (SF)

Kemiskinan ekstrem menimbulkan dampak psikologis yang besar. Terlebih, subjek SF memiliki ikatan emosional yang sangat kuat dengan kejadian masa lalunya, selama proses wawancara subjek SF meneteskan air mata. Hal ini dikarenakan subjek SF sudah terbiasa hidup serba kekurangan dan kesulitan sejak kecil. Subjek SF sudah terbiasa merasakan hidup miskin. Oleh karena itu, subjek SF merasa kesedihan yang mendalam, kesepian, perasaan hampa ingin menyerah, dan dibayangkan ketakutan yang berlebihan.

“...Pusing mas, ya kaya gini mas kehidupan, sendirian banyak pikiran kesana kesini ngga jelas. Pikirannya buat kedepannya biar baik...” (W.S2.4)

“...Sering mas, kadang nyerah, sering kecewalah mas. Kadang salah mengambil keputusan dan sering terjadi...” (W.S2.6)

“...Ya kadang kasihan, kasihannya karena hidup sendirian, orang tua sudah meninggal semuanya, saudara sudah punya tempat tinggal sendiri...” (W.S2.12)

Dampak kemiskinan ekstrem menjadikan subjek SF mendapatkan tuntutan hidup yang mengakibatkan subjek menjadi trauma bahkan putus asa dan melakukan tindakan yang merugikan dirinya.

“...Kejadiannya gini mas, saat saya melihat teman-teman pada asik bermain, sedangkan saya harus bekerja bantu kakek, mau ikut main dilarang oleh kakek. Kalau ketahuan main ngga dikasih makan dan ngga boleh pulang. Dipaksa susah dari kecil mas. Sampai setiap hari nangis, dipukul kalau ngga nurut. Sampai sekarang masih terbayang kalau ada orang yang nggentak; saya langsung ketakutan, sampai sekarang dibawa mimpi dipukul dimarah-marahi digentak-gentak. Kalau main terus suruh kakek pulang ikut ibu tiri. Alasan ikut kakek karena hanya kakek yang peduli. Bapak ikut ibu tiri, ibu sudah meninggal saat saya usia 8 bulan. Sedih mas sampai sekarang masih terbayang...” (W.S2.24)

“...Ya marah, Cuma bisa diam tak pendam, melampiaskan karena tekanan istri belum masalah ekonomi, terus tanpa pikir panjang saya melakukan sesuatu yang merugikan dan memperkeruh suasana, yang awalnya menenangkan masalah malah jadi tambah masalah. Sampai berhujung perceraian sama istri. Saya nikah usia 22 tahun istri usia 20 tahun...” (W.S2.28)

Subjek SF juga menerangkan jika kemiskinan ekstrem yang di alaminya menjadikan subjek SF terhambat dalam mencapai kehidupan yang baik dan keadaanya terus terpuruk kurang mendapatkan dukungan dari orang sekitar sehingga subjek ragu dengan dirinya sendiri. Kemudian subjek SF merasakan lingkungan pertemannya lebih banyak yang toxic menjadikannya semakin terbatas dalam mengembangkan dirinya untuk lebih baik.

“...Banyak mas. Pertama, kurangnya support dari orang terdekat dan saudara. Kedua, kaya mau mulai usaha sering mikir-mikir ragu-ragu mau mulai terlalu panjang mikirnya jadinya takut gagal. Ketiga, faktor keuangan mas itu yang paling menghambat, karena sendiri takut gagal dan kebutuhan hanya pas-pasan...” (W.S2.54)

“...Ya sangat kasihan mas, kadang mereka bilang; aku saja yang ada orang tua masih bingung, apalagi yang sudah ngga punya siapa-siapa. Sebagian teman-teman perhatian, walaupun banyak yang toxic seperti cara menanggapi malah menjudge kadang diceritakan keorang lain berbeda ngga sesuai kenyataan. Itu yang saya benci...” (W.S2.64)

Dampak kemiskinan ekstrem tidak menjadikan subjek SF untuk berusaha peduli terhadap orang lain dan berusaha memberikan pertolongan kepada orang yang membutuhkan bantuannya, walaupun merasa tidak nyaman dengan tindakan orang lain yang minta bantuan pada dirinya karena subjek SF merasa dimanfaatkan.

“...Peduli, saya pernah bawa teman dari Semarang hidup disini mas sampai 2 tahun; ya makan seadanya ya alhamdulillah. Sering peduli walaupun keadaan saya susah. Intinya saya berusaha membantu...” (W.S2.84)

“...Kadang saya merasa ilfeel, kenapa giliran susah kesaya, saat saya susah ngga pernah bantu sama sekali. Saat saya butuh dia ngga peduli. Dan itu sering terjadi mas, mereka memanfaatkan saya...” (W.S2.86)

“...Ya sebisa mungkin kita ngasih solusi. Karena juga sama-sama susah kadang yang mereka curhatkan pernah saya alami, intinya sih biar ngga seperti saya yang sampai merugikan diri sendiri. Pokoknya jangan sampai kejadian seperti saya...” (W.S2.96)

Kesulitan yang dialami subjek SF akibat dampak kemiskinan esktrm menjadikannya tetap optimis memaafkan setiap kesalahan yang sudah terjadi. Kemudian subjek SF sadar bahwa kehilangan orang-orang yang disayangi menjadikannya begitu sedih. Subjek SF berusaha menjalin hubungan baik walaupun setiap hubungan ditemukan yang tidak sesuai dan subjek memperbaiki diri dari diri sendiri dari niat yang tulus.

“...Kalau memang dia mengakui kesalahannya ya masih bisa saya percaya. Karena saya orangnya ngga mau tak ambil pusing mas, yang penting dia mau tetap berhubungan dengan saya. Dan saya berpikir seperti ini saat baru masuk usia 28 tahun mas. Sebelum itu ngga karuan dan yang menjadikan saya sadar ya kehilangan orang-orang terdekat orang-orang yang disayang terutama orang tua, dan yang mendorong sadar adalah lingkungan dari temen-temen yang baik walaupun sebelum itu lebih sering ketemu orang jahat, dan niat dari diri sendiri mas masa saya mau kaya gini terus...” (W.S2.120)

Setelah menjelaskan dinamika yang terjadi pada subjek SF sebagai keluarga dengan kemiskinan ekstrem, peneliti kemudian memaparkan data yang diperoleh mengenai *psychological well-being* subjek berdasarkan setiap aspek dari dua dimensi *psychological well-being* yaitu *self-acceptance* (penerimaan diri) dan *positive relationship* (hubungan positif).

1. Self-acceptance (Penerimaan diri)

a. Sikap positif terhadap diri sendiri

Subjek SF mengalami kesusahan hidup sehingga kesulitan menilai dirinya sendiri. Kemudian subjek SF mengalami dalam kegundahan dan merasa berbeda dengan orang-orang pada umumnya, lalu subjek SF melampiaskan amarahnya dengan menangis.

“...Susah mas, ngga taulah. Tidak bisa menilai diri sendiri...” (W.S2.2)

“...Ya biasa, kaya seperti ngga ada apa-apa, padahal pusing...” (W.S2.8)

“...Pernah mas, kok hidup kaya gini ya, kok beda sama yang lain, seringnya merasa gitu. Saat saya marah tak lampiaskan

nangis mas saat sendiri dirumah, kalau diluar rumah ngga pernah...” (W.S2.10)

- b. Sikap menerima kekurangan, termasuk baik dan buruk diri sendiri

Subjek SF kesulitan menerima kekurangan dirinya, menjadikan subjek SF merasa sedih, merasa menyesal dan takut gagal.

“...Sedih mas, kok kaya gini ya. Ya kaya gitu mas, diungkapkan ngga bisa. Susah menjelaskan, sedih pokoknya mas...” (W.S2.14)

“...Yaa, kadang merasa menyesal, selalu serba kurang, ngga punya usaha sendiri masih ikut orang. Ingin memulai sendiri takut gagal...” (W.S2.18)

“...Pernah mas, sering sekali merasakan seperti itu. Karena sering merasa takut gagal. Itu masalah yang saya hadapi mas. Dan masalah terbesar saya takut sama diri sendiri karena kegagalan itu mas. Disisi lain ngga ada yang diajak sharing...” (W.S2.20)

- c. Sikap positif tentang kehidupan masa lalu

Kemiskinan ekstrem yang terjadi, menjadikan subjek SF kesulitan menerima kehidupan masa lalunya, karena subjek SF mengalami kesulitan sejak kecil. Kemudian subjek SF tidak mampu mengontrol emosionalnya.

“...Pahit mas, ya banyaklah lika liku yang terjadi, karena dari kecil sudah susah, apa-apa sendiri. Walaupun dulu bapak sama ibu masih ada tapi ikut kakek jadinya apa-apa sendiri dari usia 7 tahun...” (W.S2.22)

“...Kalau untuk sekarang berusaha menerima mas, kalau dulu masih usia 20 tahun perasaan benci saya meledak-ledak ngga terima sama keadaan. Yang menjadikan sekarang lebih menerima ya keadaan mas, berupaya selalu belajar...” (W.S2.26)

“...Sering mas, kehilangan orang yang saya sayangi, kehilangan anak dan istri putus asa pikirannya mau hidup atau tidak bodo amat, dan saya hampir mengakhiri hidup. Makanya kalau lagi sendiri pikirannya kemana-mana mas. Jadi saya pulang ke rumah kalau sudah benar-benar ngantuk. Dulu mau bunuh diri usia 23 tahun. Pernikahan saya hanya 1 tahun saja...” (W.S2.30)

d. Sikap positif tentang kehidupan masa kini

Subjek SF dalam menjalankan kehidupan saat ini selalu berusaha optimis dan lebih berhati-hati, walaupun masih terdapat rasa takut pada dirinya. Kemudian subjek SF selalu mengevaluasi setiap kehidupan yang dijalani.

“...Kalau sekarang selalu berusaha untuk tidak seperti dulu, berusaha memulai hal-hal yang baik untuk masa depan...”
(W.S2.32)

“...Kalau untuk saat ini puas, walaupun berat dijalani...”
(W.S2.36)

“...Kalau untuk sekarang ngga kaya dulu, sekarang lebih hati-hati, nyari solusi ngga mau gegabah seperti pengalaman yang dulu...” (W..S2.38)

“...Pernah, negatifnya kadang takut sendirian, takut ngga bisa apa-apa, takut gagal. Perasaan takut karena ngga punya siapa-siapa lagi...” (W.S2.40)

e. Sikap menerima keadaan secara positif

Dampak kemiskinan ekstrem menjadikan Subjek SF kesulitan menerima keadaan yang terjadi. Subjek SF merasa sedih dan kecewa. Hal itu, menunjukkan subjek SF sering kecewa dengan kehidupan yang dijalannya.

“...Perasaan kadang kaya gini yah, apa karena fisik apa karena ngga punya apa-apa. Sedih mas sakit kalau di rendahkan...” (W.S2.46)

“...Sangat kecewa, diam ngga mau berkata apa-apa. Diam sampai keadaan sudah membaik...” (W.S2.48)

“...Sering kecewa mas...” (W.S2.50)

f. Sikap pengembangan kelebihan dan potensi diri

Subjek SF merasa tidak puas dengan kelebihan yang dimiliki, sehingga menjadikan dirinya terus belajar. Akan tetapi subjek SF masih selalu bimbang karena subjek masih takut gagal dan salah. Kemudian subjek SF diremehkan oleh teman-temannya terhadap progress yang direncanakan.

“...Ngga puas mas, karena saya harus terus belajar...”
(W.S2.56)

“...Kalau itu dengan tindakan mas, selama ini saya hanya wacana saja angan-angan saja, ya itu karena takut gagal, takut salah...” (W.S2.58)

“...Sering mas, seperti misal saya tau ini itu tapi justru dikira saya melakukan yang tidak baik oleh teman-teman dibilang aja aneh-anehlah itulah ya begitulah mas...” (W.S2.60)

2. Positive relationship (Hubungan positif)

a. Sikap hubungan akrab terhadap orang lain

Subjek SF walaupun mengalami kemiskinan ekstrem, akan tetapi subjek memiliki hubungan baik terutama keluarga dan berusaha selalu baik dalam berinteraksi dengan lingkungan sekitar.

“...Mungkin baik, tergantung kitanya juga sih. kalau kita baik insya Allah lingkungan baik...” (W.S2.62)

“...Alhamdulillah baik, untuk keluarga nomer satu...”
(W.S2.66)

“...Pernah mas, tapi lupa saya ngga ada dendam...”
(W.S2.70)

b. Sikap saling percaya terhadap orang lain

Subjek SF sebagai kemiskinan ekstrem terus walaupun sering memendam rasa ketika ada masalah, subjek SF berupaya optimis dan menjalin menjaga kepercayaan serta saling support.

“...Sampai sekarang baik, ngga ada masalah, bahkan saling support...” (W.S2.74)

“...Yaa, paling kalau pas lagi bareng saling mengingatkan untuk selalu berusaha untuk optimis...” (W.S2.76)

“...Ngga juga mas. Karena privasi mas. Lebih memilih saya pendam dihati...” (W.S2.80)

c. Sikap peduli terhadap kebahagiaan orang lain

Subjek SF berusaha peduli dengan orang lain, akan tetapi subjek sering dikecewakan dan justru setelah subjek membantu menjadi kesusahan serta kebingungan. Kemudian subjek SF berusaha saling support.

“...Kadang penginnya bantu, selagi ada. Yaa walaupun sedikit-sedikit tetap berusaha membantu. Bahkan sering membantu dan dikecewakan. Seringnya saya kesusahan malah bingung sendiri...” (W.S2.82)

“...Ngga mas, kita berusaha saling support...” (S.W2.90)

d. Sikap mudah berempati terhadap orang lain

Subjek SF merasakan bagaimana rasanya menjadi orang miskin. Hal itu, menjadikan subjek muncul sikap empati dan berusaha selalu peduli dengan orang lain. Kemudian subjek SF berkomitmen saling percaya ketika dirinya dipercaya oleh orang lain.

“...Setiap hari penginnya begitu mas, karena jadi orang kalau ngga ada yang peduli kasihan mas, saya merasakan itu...” (W.S2.94)

“...Ya kadang lebih mentingkan orang yang lebih butuh, walaupun saya lebih membutuhkan, selagi saya punya ya tak kasih...” (W.S2.98)

“...Ya sebisa mungkin saya menjaga itu, karena saya merasa dipercaya...” (W.S2.100)

e. Sikap memberikan kasih sayang terhadap orang lain

Kemiskinan menjadikan subjek SF berusaha menjalin kasih sayang kepada siapapun, subjek merasakan pentingnya keluarga; karena keluarga sebagai harga dirinya.

“...Pasti itu mas, harus itu, mungkin kalau dulu saat masih usia 25 tahunan saya ngga peduli dengan siapapun mas. Karena ngga ada orang yang mengertikan keadaan saya gegabah pokoknya, ngga mikir kedepan ngga mikir nanti gimana wah parah. Yang merubah saya sadar bahwa perlu berkorban untuk orang yang saya cinta karena bertambahnya usia mas...” (W.S2.102)

“...Saya ngga terima mas, kaya dulu pas saya masih nikah keluarga saya dibawa-bawa sama mantan istri saya, direndahkan sama mantan istri saya, itu yang membuat saya langsung marah dan memutuskan untuk mengakhiri hubungan dengan mantan istri saya. Pokoknya untuk keluarga adalah harga diri. Malah mending saya yang direndahkan...” (W.S2.110)

f. Sikap memiliki hubungan timbal balik terhadap orang lain

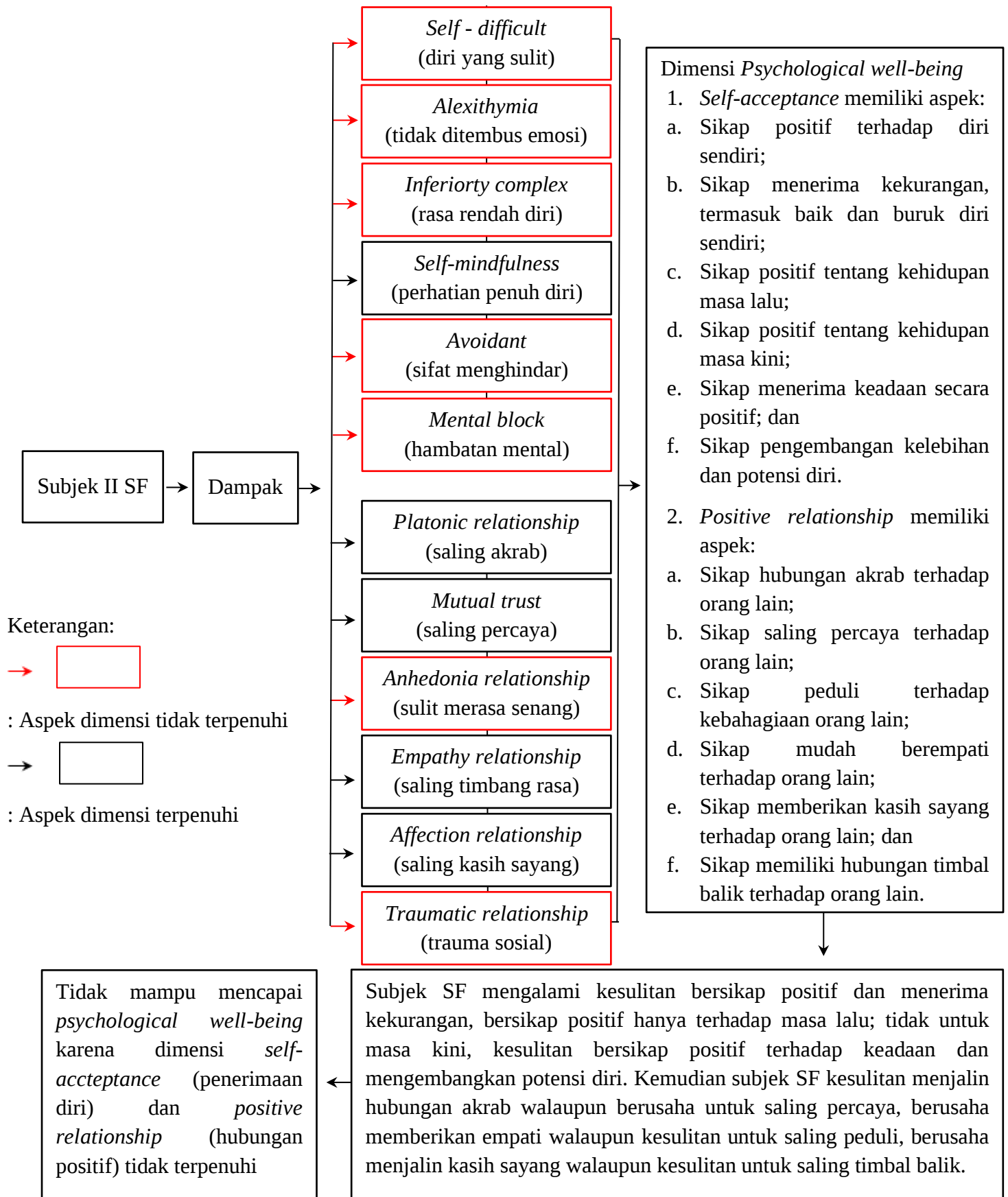
Subjek SF merasakan dampak kemiskinan ekstrem menjadikan dirinya sering dikecewakan oleh orang lain, subjek hanya dimanfaatkan ketika butuhnya saja. subjek SF takut karena sering dikhianati.

“...Sering dikecewakan sampai sekarang. Ada yang mendekat butuh kitanya saja tapi ngga susahny kita...” (W.S2.112)

“...Kalau kaya gitu, ngga mas, saya tetep berusaha tetap menjalin hubungan dengan siapa saja yang baik ya ngga pilah pilih...” (W.S2.116)

“...Untuk percaya sampai sekarang ada ketakutan mas, karena sering dikhianati...” (W.S2.118)

Gambar 4. 2 Skema Dinamika *Psychological Well-Being* Subjek SF



c) Subjek III (SR)

Dampak kemiskinan ekstrem yang dialami subjek SR menjadikannya ia kesulitan dalam segala hal, terutama kesulitan yang dihadapi ialah masalah ekonomi kebutuhan hidup. Subjek SR dalam proses wawancara berlangsung subjek meneteskan air mata merasakan keadaan yang terjadi. Kemudian subjek SR merasa tidak percaya diri dengan keadaannya dan harga dirinya sering direndahkan oleh lingkungan. Subjek SR merasa hidup penuh dengan tuntutan, walaupun keadaannya serba kesulitan subjek berusaha membantu untuk meningkatkan masalah perekonomian dan kebutuhan keluarga.

“...Yang sekarang dihadapi ekonomi yang kurang baik...”
(W.S3.4)

“...Seringnya merasa minder mas, kadang merasa kog seperti ini. Saya selalu diam karena tetangga sukanya ikut campur urusan orang. Seperti saya beli sesuatu saya di rendahkan orang miskin itu jangan banyak gaya beli ini itu beli untuk kebutuhan makan dulu. Contoh beli kramik...” (W.S3.14)

“...Kalau dulu kerja selalu diatur sama bos, kalau sekarang tidak karena diatur sama suami. Walaupun suaminya seperti itu. Suami saya kerjanya penggembala bebek mas, penghasilannya tidak mencukupi kebutuhan sehari-hari jadi karena saya dari kecil sudah mandiri dulu kerja asisten rumah tangga terakhir kerja tahun 2015, jadinya ya saya berusaha untuk membantu ekonomi keluarga semampunya...” (W.S3.24)

Subjek SR mengalami kesulitan terutama ekonomi, mendorongnya terus berusaha, menurutnya; mengeluh tidak menyelesaikan masalah. Subjek SR dalam mencukupi kebutuhan hidupnya mencari bekas padi disawah (matun) untuk dikumpulkan untuk memenuhi kebutuhan hidupnya. Kemudian subjek SR konflik dengan orang yang merendahkan dirinya, karena hambatan subjek adalah tetangganya karena selalu merendahkan dirinya dan mengajak untuk berkonflik satu sama lain.

“...Situasinya ekonomi mas, sebelum suami kerja saya dulu kerja mencari bekas padi anak-anak saya tinggal biasanya 2 jam berangkat jam 8 pulang jam 10, anak saya 3 yang anak pertama sudah kelas 2 SD, padi yang tadi untuk saya kumpulkan kalau banyak saya jual, kalau sedikit saya bawa pulang buat makan sama anak-anak. Yang penting anak bisa makan mas...” (W.S3.34)

“...Kadang saya merasa menjawab membalas dengan omongan, tapi orang yang merendahkan marah. Jadinya ya akhirnya ribut mas...” (W.S3.46)

“...Hambatan saya tetangga mas, seringnya merendahkan, menjelek-jelekan dan suka ribut sama suami...” (W.S3.54)

Dampak kemiskinan ekstrem yang dialami subjek SR menjadikan dirinya terlihat kasihan dan tidak ada yang membantu sama sekali. Subjek SR tidak memiliki teman dekat yang menjadikan subjek merasa tidak ada yang peduli dengan keadaanya. Disisi lain, subjek SR terdorong untuk membantu orang kalau ada rejeki lebih, karena menurut subjek SR menjadi orang miskin dan tidak ada yang memperdulikan sangat menyakitkan.

“...Ya itu, dih kasihan banget ya, dimana-mana orang bilangna kasihan bilang kasihan tapi ngga bantu. Kalau saya lebih baik berusaha nyari dari pada dikasihani...” (W.S3.64)

“...Tidak punya teman dekat mas...” (W.S3.76)

“...Kadang saya bantu karena tolong menolong, seperti tetangga sakit karena saya ada rejeki beras ya saya berikan...” (W.S3.86)

Subjek SR sebagai keluarga dengan tingkat kemiskinan ekstrem berupaya selalu saling membantu walaupun sedikit. Dan ketika subjek SR memberikan kebbaikannya selalu direndahkan; dengan adanya tersebut subjek SR memilih diam tanpa menanggapi orang tersebut. Kemudian subjek SR menghindar karena subjek takut menyinggung orang lain, subjek memilih untuk mengalah.

“...Kadang saya berpikir, dibantu walaupun sedikit...” (W.S3.98)

“...Paling saya diam, karena kalau ditanggapi pasti ribut mas...” (W.S3.106)

“...Paling sayanya yang menghindar mungkin mas, saya takut menyinggung orang lain, seringnya saya mengalah mas...” (W.S3.116)

Setelah menjelaskan dinamika yang terjadi pada subjek SR sebagai keluarga dengan kemiskinan ekstrem, peneliti kemudian memaparkan data yang diperoleh mengenai psychological well being subjek berdasarkan setiap aspek dari dua dimensi psychological well-being yaitu self-acceptance (penerimaan diri) dan positive relationship (hubungan positif).

1. Self-acceptance (Penerimaan diri)

a. Sikap positif terhadap diri sendiri

Subjek SR banyak kekurangan terutama masalah ekonomi menjadikan subjek kesulitan dalam menilai diri sendiri. Kemudian subjek SR sering kecewa dengan dirinya sendiri dan selalu berusaha, walaupun kehidupan serba kekurangan.

“...Saya masih banyak kekurangan apalagi masalah ekonomi...” (W.S3.2)

“...Ya, sering kecewa, cuman saya selalu berusaha...” (W.S3.6)

“...Kehidupannya ya kaya gini mas serba kekurangan...” (W.S3.8)

b. Sikap menerima kekurangan, termasuk baik dan buruk diri sendiri

Subjek SR dalam menjalankan kehidupannya merasakan serba kekurangan tidak mampu untuk memenuhi kebutuhan hidupnya. Subjek SR merasakan kekurangan yang dimiliki sebagai penghambat untuk dirinya lebih baik dan subjek menyalahkan kemiskinan yang dialaminya.

“...Tanggapannya seringnya kasihan apa-apa serba kurang, tidak mampu...” (W.S3.12)

“...Pernah, sering malah mas, apa karena saya miskin Cuma gini-gini saja...” (W.S3.20)

c. Sikap positif tentang kehidupan masa lalu

Subjek SR merasakan kehidupannya banyak tuntutan banyaknya kebutuhan menjadikan subjek penuh tuntutan. Subjek SR dalam menghadapi kehidupan yang tidak menyenangkan memilih diam. Kemudian subjek SR merasa takdinya memang menjadi orang susah.

“...Kalau masa lalu berbeda dengan sekarang, kalau sekarang hidup rumah tangga harus bekerja keras untuk memenuhi kebutuhan hidup, kalau dulu masih sendiri jadinya kebutuhannya untuk sendiri, jadi dulu lebih sedikit kebutuhannya dibandingkan saat ini...” (W.S3.22)

“...Saya lebih sering diam mas. Lalu mengingat-ingat oh ternyata gini...” (W.S3.28)

“...Ya dibilang putus asa gimana ya mas, lah mungkin takdirnya jadi orang susah, ya diterima saja...” (W.S3.30)

d. Sikap positif tentang kehidupan masa kini

Subjek SR merasakan kesulitannya karena perilaku negatif yang suami lakukan, subjek melampiaskan amarahnya disaat sudah tidak mampu mengontrol diri. Kemudian subjek SR berpikir negatif terhadap dirinya sendiri yang menjadikan subjek tidak berinteraksi dengan lingkungan sekitar.

“...Paling merasa kok punya suami kaya gini, sukanya main judi, sukanya hutang. Ya dijalani saja mas...” (W.S3.36)

“...Kadang saat ada orang ya diam, kalau tidak ada orang saya melampiaskan amarah saya. Setelah itu ya sudahlah lagian marah kaya apapun ya tidak merubah biar lebih baik...” (W.S3.38)

“...Berpikir negatifnya gini mas, apa karena saya salah. Kok tetangga sering menggunjing saya, apa karena saya berbeda sendiri dengan mereka, saya jarang kumpul sama tetangga saya dirumah saja sama anak kalau tidak ya ke sawah nyari bekas padi...” (W.S3.40)

e. Sikap menerima keadaan secara positif

Subjek SR merasakan dampak kemiskinan ekstrem yang dialaminya menjadikan subjek sering dijelek-jelekan, subjek merasakan banyak tekanan. Kemudian subjek SR menjadi marah akibat direndahkan oleh orang lain dan keadaan sulit yang subjek alami karena perilaku negatif suaminya.

“...Ya dipuji mas, saya sudah salah malah dipuji. Lah sudahlah sederhana saja mas. Kadang saya biarkan terserah mereka mau ngomong apa. Pertama di jelek-jelekan setelah itu dipuji. Lah kaya saya bodo amat mas ngga saya hiraukan...” (W.S3.42)

“...Sering tersinggung mas. Sering dijelek-jelekan bikin saya marah. Kaya saya saat mau ambil sisa padi pasti di omong dan lagi-lagi ngomong. Omongan yang ngga mengenakan...” (W.S3.44)

“...Kadang, ya sudahlah mungkin rejekinya segini. Tetap berusaha tak jalani. Suami saya juga kaya gitu...” (W.S3.48)

f. Sikap pengembangan kelebihan dan potensi diri

Subjek SR dalam menghadapi masalah kemiskinan ekstrem yang terjadi selalu berupaya berbagi walaupun merasa direndahkan terus-menerus oleh lingkungan sekitar. Hal itu, yang menjadikan dirinya merasa terhambat dalam mengembangkan diri untuk menjadi lebih baik.

“...Kelebihan saya bisa berusaha semampunya saya, intinya kalau bisa sering berbagi...” (W.S3.52)

“...Kadang mengembangkannya mungkin sabar ya mas. Kaya pas gagal ya berusaha untuk bangkit...” (W.S3.58)

“...Pernah saya merasakan seperti itu mas, duh saya jadi orang baik kok salah terus dimata tetangga. Kaya gitu mas.” Jadi orang baik direndahkan terus atau saya jadi orang jahat saja ya. Gitu mas...” (W.S3.60)

2. *Positive relationship* (Hubungan positif)

a. Sikap hubungan akrab terhadap orang lain

Subjek SR dalam menjalani hubungan dengan lingkungan mengalami kesulitan terutama dengan saudara atau kakak yang menjadikan dirinya merasa tertekan dengan perlakuannya. Kemudian subjek SR sering dikecewakan dan direndahkan oleh lingkungan sekitar, sering mendapatkan sindiran dan cibiran yang menjadikan tidak nyaman.

“...Masih mas. Paling sama kakak sukanya ribut tidak akur. Penyebabnya kurang tau mas dari dulu sukanya gitu sama saya...” (W.S3.66)

“...Kecewa sih tidak, cuman kadang mikir kaya gini banget ya dirumah orang-orang pada merendahkan. Ya ikutnya sering dikecewakan mas. Saya berusaha untuk menghargai biar ngga ribut. Sukanya nyindir mas kalau saya lagi lewat orang-orang menggunjing saya...” (W.S3.70)

b. Sikap saling percaya terhadap orang lain

Subjek SR mengalami kesulitan dalam menjalin saling hubungan saling percaya, karena untuk mendapatkan teman dekat saja sulit. Kemudian subjek SR mencari orang yang dapat subjek percaya; karena kesulitan dalam dirinya menghadapi perilaku suaminya.

“...Ngga punya mas...” (W.S3.72)

“...Ya ngga punya hubungan mas...” (W.S3.74)

“...Paling ke orang yang terpercaya yang dekat, cerita ya gitu biasane masalah suami mas...” (W.S3.80)

c. Sikap peduli terhadap kebahagiaan orang lain

Subjek SR dalam mengalami kemiskinan ekstrem berupaya membantu orang lain, bahkan subjek SR mendahulukan orang lain dari pada diri sendiri. Hal itu menjadikan subjek SR terus mengalami kesulitan. Kemudian subjek SR menghabiskan waktu selalu dirumah.

“...Saya bantu selagi saya mampu...” (W.S3.82)

“...Saya malah peduli ke orang lain dari pada peduli kediri sendiri mas...” (W.S3.84)

“...Tidak pernah mas, karena saya orangnya dirumah saja...” (W.S3.90)

d. Sikap mudah berempati terhadap orang lain

Subjek SR dalam menjalankan kehidupan sehari-hari berusaha saling berbagi dengan memberi empati terhadap kejadian yang dialami oleh orang lain. Kemudian subjek SR selalu berusaha peduli keadaan orang lain.

“...Ya saya berusaha membantu, berusaha saling berbagi...” (W.S3.92)

“...Ya peduli mas, kadang pedulinya orangnya ngga punya uang saya pinjem walaupun saya juga butuh...” (W.S3.94)

“...Saya dengarkan, kalau bisa dibantu ya tak bantu...” (W.S3.96)

e. Sikap memberikan kasih sayang terhadap orang lain

Subjek SR berusaha menjalin kasih sayang kepada siapapun, ditunjukkan dengan cara subjek rela berkorban untuk orang-orang yang disayangi terutama untuk anak-anaknya agar terus bisa bersekolah walaupun keadaan subjek sangat kesulitan. Kemudian subjek SR untuk membuktikan rasa penuh kasih sayang selalu menghindari yang berpotensi menjadi keributan dan berusaha menjaga martabat keluarga serta harga dirinya.

“...Ya rela berkorban mas, terutama untuk anak biar anak bisa makan setiap harinya biar anak terus sekolah...” (W.S3.102)

“...Tetap masih sayang, Cuma saya menghindar saja mas. Kaya ngajak anak main biar ngga ribut...” (W.S3.108)

“...Kadang merasa tidak terima mas, paling menjawab tak tanggapai kalau orangnya merendahkan. Kaya orang tua saya diejek karena miskin ya saya tanggapai sampai akhirnya ribut mas. Padahal sama-sama miskin bedanya dia dapat bantuan dari pemerintah...” (W.S3.110)

f. Sikap memiliki hubungan timbal balik terhadap orang lain

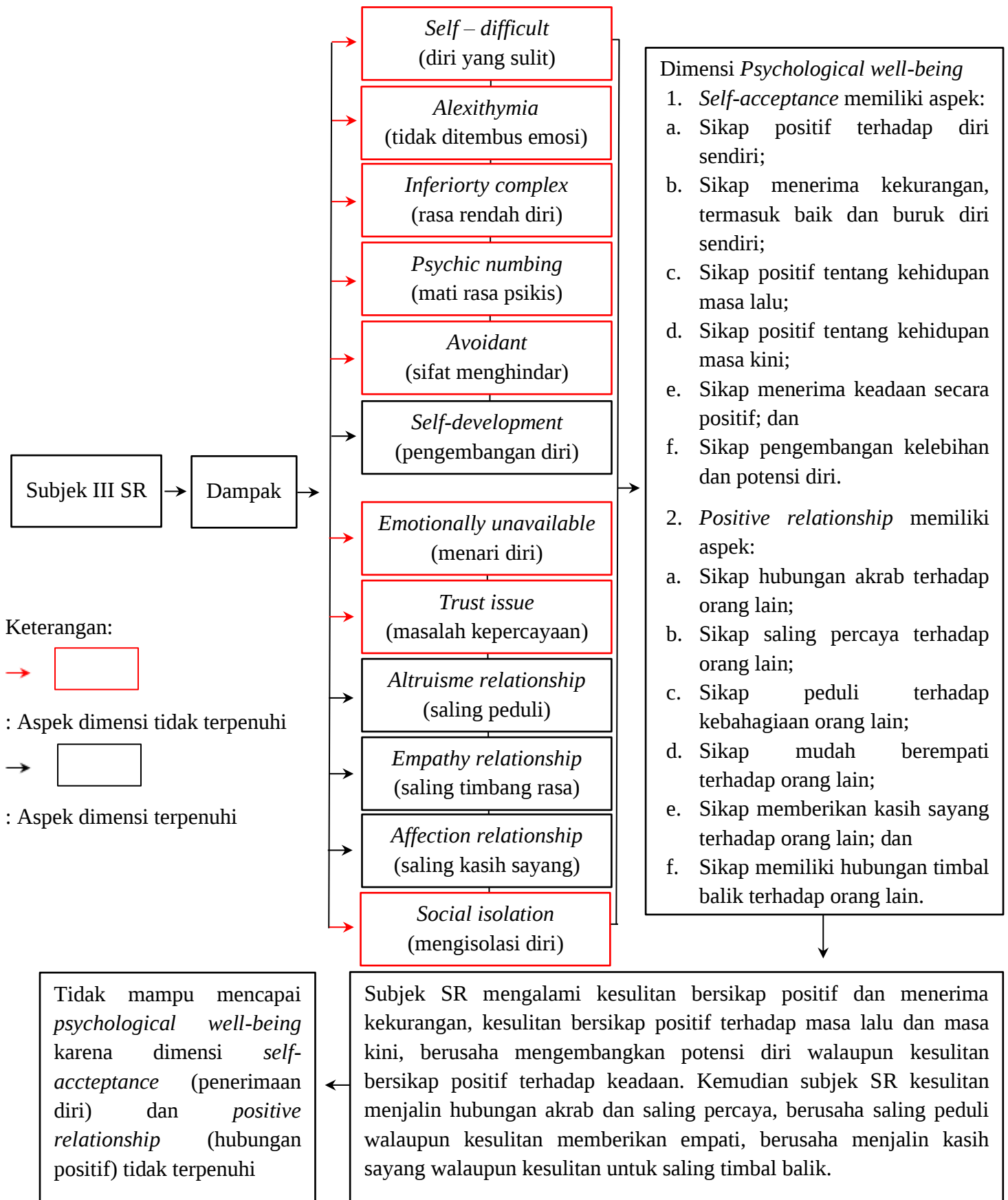
Dampak kemiskinan ekstrem yang subjek SR alami menjadikan subjek mendapatkan banyak ejekan dan direndahkan oleh orang. Selain itu, subjek SR selalu berhati-hati ketika berinteraksi dengan orang terutama dengan saudaranya, karena subjek SR merasa tertekan dan memiliki ketakutan yang mendalam sehingga menjadikan subjek mengalami trauma dengan saudaranya. Kemudian subjek SR merasakan bahwa saudaranya tersebut selalu berperilaku yang menjadikan dirinya takut dalam berinteraksi dengan siapapun, bahkan memiliki kekhawatiran dalam menjalin hubungan saling percaya karena seringnya malah dijulidi oleh tetangga sehingga subjek enggan berinteraksi dengan siapapun.

“...Sering mas, kadang saya bantu orangnya tidak menghargai dan malah di ejek akhirnya saya jadi minder...”
(W.S3.112)

“...Cuma kadang berpikir hati-hati mas. Saya trauma sama kakak saya mas, takut kakak saya marah. Keadaan kita sama-sama susah sih mas. Ya dihati-hati saja mas. Sejak saya punya anak 1 sampai 3 kakak saya sukanya menindas saya dan saya takut sampai sekarang mas. Traumanya kalau anaknya lagi main disini kadang anaknya bilang ini itu, rumahnya samping saya. saya merasa tertekan kalau ada orangnya saya langsung masuk ke rumah. Masalah awalnya sepele mas, dulu saat saya kerja jadi asisten rumah tangga kakak saya sering tak kasih mas, kakak saya perempuan, setelah saya menikah saya sudah ngga pernah ngasih apa-apa, sejak itu kakak saya kaya gitu sama saya mas...”
(W.S3.118)

“...Kalau masih bisa dipercaya ya saya tetap berbagi rahasia. Kalau ngga dipercaya ya ngga mas, khawatir nanti di umbar-umbar ke orang jadinya nambah masalah nanti jadi ribut lagi. Sudah sering ribut mas sama tetangga makanya saya sekarang jarang keluar rumah. Dirumah ya digunjing kalau keluar ya diejek...” (W.S3.120)

Gambar 4. 3 Skema Dinamika *Psychological Well-Being* Subjek SR



d) Subjek IV (MJ)

Kemiskinan ekstrem yang dirasakan oleh subjek MJ menjadikan subjek banyak mengalami permasalahan baik masalah secara ekonomi bahkan masalah secara psikologis. Subjek MJ selama dalam proses wawancara menunjukkan perilaku agresif seperti; memukul lantai dan kaki. Dampak kemiskinan ekstrem menjadikan subjek sulit mengontrol pikiran dan menjaga kesehatan mentalnya dengan baik. Subjek MJ mengalami pusing akibat tidak mampu memenuhi kebutuhan sehari-hari, kemudian subjek sering mengalami rendah diri atau minder dengan teman-temannya dan merasakan kehidupan yang dijalani penuh penderitaan yang sangat menyakitkan.

“...Lagi menikmati keadaan yang mungkin (pck), gimana yah mungkin orang lihatnya ayem, padahal aslinya pusing. Gimana ngga pusing mas kebutuhan banyak sedangkan penghasilan seginikan, ada yang pernah minjam uang, halah saya aja setiap hari pusing sendiri malah minjam uan...” (W.S4.4)

“...Yaa kadang pas kumpul-kumpul kaya ngerasa minder karena saya orang ngga mampu gitu, sedangkan yang lain orang punya lah gitu, seringnya minder sih. Tapi ya gimana lagi keadaannya kaya gini...” (W.S4.14)

“...Kejadiannya udah lama sih sekitar 7 tahunan yang lalu, ngga bisa diceritakan mas, sakit banget...” (W.S4.24)

Dampak kemiskinan ekstrem subjek MJ menjadikan situasi serba kesulitan dan kesusahan. Subjek MJ selalu direndahkan dan dipandang sebelah mata oleh lingkungan sekitar. Kemudian subjek MJ merasakan kemiskinan tidak hanya masalah ekonomi saja, walaupun masalah tersebut menjadi masalah utama. Akan tetapi, tidak dapat dipungkiri masalah psikologis sangat memengaruhi karena subjek merasakan emosional yang tidak terkontrol.

“...Situasinya ya seperti biasanya, kaya gini...” (W.S4.34)

“...Ya kembali lagi yah, adanya saya direndahkan karena miskin orang ngga punya jadinya memandang saya sebelah mata, kaya sekarang saya ngga punya apa-apa ya direndahkan...” (W.S4.46)

“...Ya mungkin, sebenarnya masalah ekonomi bukan hambatan itu berarti memang saya yang harus berusaha lebih baik bagaimanapun caranya. Ya memang tidak bisa dipungkiri ekonomi jadi hambatan yang paling berpengaruh mau apa-apa ngga bisa. Jadi hambatannya ekonomi sama anak itu yang anak berkebutuhan khusus anak istimewa. Dan saya lebih banyak bersabar walaupun seringnya marah sama keadaan...” (W.S4.54)

Subjek MJ merasakan walaupun serba kesulitan dan kesusahan karena kemiskinan ekstrem, subjek masih menerima respon baik dari teman-temannya. Subjek MJ merasakan saat sedang keadaan down atau terpuruk, teman-temannya mencoba membantu dengan cara menghibur. Kemudian subjek MJ merasakan teman-temannya peduli dengan keadaan yang sedang dihadapinya dengan mengajak untuk hiburan sejenak untuk menghilangkan beban pikiran walaupun sejenak. Disisi lain, subjek MJ menjelaskan ada juga teman yang toxic, justru menambah beban pikirannya.

“...Alhamdulillah masih ada yang merespon baik, kadang kalau lagi kesusahan bener-bener down dibantu seperti ngasih masukan walaupun ngga berupa materi atau uang menengkan menghibur...” (W.S4.64)

“...Ya kaya saya bersikap ngga yang menunjukkan kesusahan, cuman kadang curhat akhirnya teman-teman yang ngasih pendapat lebih ke hiburan biar ngga kepikiran biar menghilangkan beban walaupun sementara. Teman-teman responnya baik...” (W.S4.76)

“...Aku sih biasa aja mas, ngga yang gimana-gimana ngga tak ambil pusing. Peduli ya silahkan, ngga ya monggo. Soalnya saya makan juga ngga minta mereka...” (W.S4.86)

Akibat kemiskinan ekstrem menjadikan subjek MJ kesulitan dalam menjalin hubungan saling peduli. Subjek MJ merasakan ketika subjek baik saja salah apalagi kalau salah, kemudian subjek MJ sering direndahkan dijelek-jelekan padahal sama-sama miskin.

“...Ya saya sih gini ya, pengen bantu tapi keadaan saya susah....” (W.S4.98)

“...Ngga masalah mas, terserah mereka mau aja ya terserah. Seneng aja di omong apalagi kalau ngga seneng. Biasa aja...” (W.S4.106)

“...Bisakah anda jelaskan mengenai orang lain yang menjadikan anda enggan menjalin hubungan baik dengan orang lain...” (W.S4.115)

Setelah menjelaskan dinamika yang terjadi pada subjek MJ sebagai keluarga dengan kemiskinan ekstrem, peneliti kemudian memaparkan data yang diperoleh mengenai psychological well being subjek berdasarkan setiap aspek dari dua dimensi psychological well-being yaitu self-acceptance (penerimaan diri) dan positive relationship (hubungan positif).

1. Self-acceptance (Penerimaan diri)

a. Sikap positif terhadap diri sendiri

Subjek MJ dalam menilai dirinya serba kekurangan, sering marah yang tidak terkontrol. Kemudian subjek MJ merasa kecewa dan menyalahkan diri sendiri. Bahkan, subjek sering melampiaskan amarahnya kepada anak dan suami sehingga mengakibatkan pertengkaran rumah tangga.

“...Waah, kalau itu ya serba kekurangan, pengenya jadi seorang istri dan ibu yang baik untuk anak-anak, soalnya sering emosi belum bisa mengendalikan kalau marah, belum bisa ngontrol emosi mas, apalagi keadaan anak masih kecil-kecil, itu yang satu anak saya anak istimewa, yaa perlu banyak sabarnya...” (W.S4.2)

“...Masalah kecewa mungkin adalah, kecewa mungkin gini aku kog kaya gini yah, kecewa gini nyesel adanya di akhir. Kaya habis marahi anak, ngga kerasa tanpa sadar saya mukul anak. Kadang sama suami marah-marah ngga ada salah ya tetep tak marahi...” (W.S4.6)

“...Pernah, sering malah. Masalah ekonomi mas bertengkar sama suami 2 hari ngga berbicara sama suami, ya gimana lagi karena keadaan bertengkar pun ya ngga ada solusinya. Jadi ya baikan lagi...” (W.S4.10)

- b. Sikap menerima kekurangan, termasuk baik dan buruk diri sendiri

Dampak kemiskinan menjadikan subjek MJ kesulitan dalam menjalin hubungan dengan orang sekitar. Bahkan, subjek MJ berani ribut dengan orang yang menjelek-jelekan keadaannya. Kemudian subjek MJ mengalami hambatan dalam menjalankan hidupnya.

“...Mungkin ada mas, kalau yang ngga suka ya menjelek-jelekan, kalau yang tau sifat saya yaa sudah paham kalau saya orang.e gitu. Kalau ngajak ribut ya ribut saja. Walaupun kadang mikir ribut ngga penting...” (W.S4.12)

“...Ya sering jadi hambatan mas, ada satu sampe sekarang jadi hambatan, saya ngga bisa naik motor jadi mau usaha bantu suami bisnis online dari rumah biar bisa COD atau tak anter jadi ngga bisa. Jadinya ngga jadi usaha bisnisnya ngga jalan. Sedangkan nunggu suami pulang pasti maghib karena kerja bagian kebersihan...” (W.S4.20)

- c. Sikap positif tentang kehidupan masa lalu

Subjek MJ melakukan kesalahan sehingga subjek mengalami kesusahan dalam menjalani kehidupan. Kemudian subjek MJ merasakan penyesalan yang amat mendalam. Bahkan, subjek MJ pernah sampai putus asa karena kemiskinan yang dihadapinya.

“...Kalau masa lalu, sih mungkin kesalahan saya yah, ngga disadari ada imbasnya sekarang, yang penting ngga diulangi lagi. Seperti kenal seseorang yang saya percayai kog dia malah mengecewakan saya, akhirnya sama sekarang kesusahan...” (W.S4.22)

“...Ya harus berusaha menerima, karena mungkin itu kesalahan saya. Ternyata saya sudah membuat kesalahan besar. Penyesalannya masih kebayang sampe sekarang...” (W.S4.26)

“...Pernah, tapi berusaha untuk menerima keadaan untuk berusaha lebih baik lagi...” (W.S4.30)

- d. Sikap positif tentang kehidupan masa kini

Subjek MJ merasakan kehidupan yang dijalannya sangat serba susah. Selain itu, subjek MJ sering melakukan

perilaku yang justru merugikan dirinya. Bahkan, subjek MJ sering muncul pikiran negatif untuk kabur dari rumah meninggalkan keluarga dan anak-anak.

“...Ya gini standar-standar saja sih, masih tetep serba susah ya kaya gini keadaanya di paksa biar serba cukup...” (W.S4.32)

“...Berusaha tenang, menjalani. Soalnya kalau saya sembrono juga nanti kaya yang sudah-sudah, ngga menyelesaikan berlarut-larut malah memperkeruh keadaan...” (W.S4.38)

“...Pikiran negatif kadang ada, ya Allah kog saya hidupnya kaya gini susah terus, mungkin hidup saya sudah di atur gini sama Allah ya sudah tak jalani saja. Bahkan pernah saya pergi dari rumah karena saking pusingnya pengen kabur ke kerja di Jakarta...” (W.S4.40)

e. Sikap menerima keadaan secara positif

Subjek MJ sebagai keluarga dengan tingkat kemiskinan ekstrem menjadikan subjek menolak dipuji, karena itu subjek kesulitan dalam berpikir positif. Bahkan subjek MJ rentan mudah tersinggung dan marah ketika dirinya direndahkan. Selain itu, subjek MJ merasa kecewa dengan keadaan hidupnya.

“...Aku sih ngga mau dipuji, soalnya ngga baik juga yah soalnya banyak kurangnya jadinya ngga seneng dipuji, dibuat biasa ajalah. Terserah saya ngga mau memaksa orang untuk suka sama saya mau benci ya monggo...” (W.S4.42)

“...Ya tersinggung mas, orang susah kog di puji...” (W.S4.44)

“...Ya lumayan kecewa, berusaha pasrah. Ngga harus menuntut harus ini harus itu, dulu pernah seperti itu...” (W.S4.48)

f. Sikap pengembangan kelebihan dan potensi diri

Dampak akibat kemiskinan ekstrem, subjek MJ merasakan hidupnya penuh dengan kekurangan sehingga menjadikan subjek kesulitan dalam mengembangkan diri untuk kehidupan yang lebih baik.

“...Aku sih ngga merasa punya kelebihan, jadi ibu rumah tangga ya kaya gini, jadi istri ya kaya gitu, mau bantu suami aja ngga bisa ujung-ujungnya tetep gini-gini aja...” (W.S4.52)

“...Saya sih ngga mengembangkan, saya hanya ingin usaha biar bantu suami biar nyari tambahan keuangan keluarga biar baik...” (W.S4.58)

2. Positive relationship (Hubungan positif)

a. Sikap hubungan akrab terhadap orang lain

Subjek MJ dalam menjalin hubungan merasa kesulitan dan serba salah; menjadikan subjek enggan berinteraksi dengan lingkungan sekitar. Kemudian subjek MJ merasa sering dikecewakan oleh lingkungan dan sering terjadi keributan dengan orang sekitar.

“...Yaa, biasa aja sih. Malah ngga mau ngurusi urusan orang, karena sering kalau saya ngomong orang jadi tersinggung...” (W.S4.62)

“...Mungkin, tapi saya ngga merasa dikecewakan, tak buat biasa aja lah, males ribut sama orang...” (W.S4.70)

b. Sikap saling percaya terhadap orang lain

Subjek MJ dalam menjalani kehidupan serba kekurangan selalu berupaya menjalin ikatan saling percaya satu sama lain, kepercayaan itu subjek berikan kepada teman dekat sebagai pengalihan agar subjek tidak merasakan pikiran yang risau. Selain itu, subjek MJ memposisikan suami sebagai orang yang paling dipercaya oleh subjek dalam menjaga rahasia keluarga.

“...Ada, biasa genk kumpul ngerumpi...” (W.S4.72)

“...Alhamdulillah ya baiklah, kemarin kumpul ngobrol-ngobrol sharing-sharing dari pada putek dirumah...” (W.S4.74)

“...Ngga mas, paling hanya ke suami. Soalnya walapun seakrab apapun ya mas, yang namanya orang ya mas ya begitulah, lebih baik ngga menyampaikan rahasia. Menyampaikannya kalau ngga ke suami ya ke Allah aja mas...” (W.S4.80)

c. Sikap peduli terhadap kebahagiaan orang lain

Keadaan kemiskinan ekstrem tidak menjadikan hambatan bagi subjek MJ untuk menjalin saling peduli kepada orang lain walaupun terkadang bimbang dengan apa yang disampaikan. Selain itu, subjek MJ juga merasa senang ketika ada orang yang merasakan kebahagiaan dan subjek MJ berharap bisa hidup bahagia seperti orang lain.

“...Kalau aku bisa dan mampu membantu ya tak bantu, tapi keadaan saya seperti ini mas. Paling hanya ngomongin saja. Entah nanti diterima apa ngga yang penting tak sampaikan. Terserah gitu...” (W.S4.82)

“...Saya ikut bahagia Alhamdulillah ya Allah, semoga aku bisa bahagia seperti mereka...” (W.S4.88)

“...Kalau masalah iri sih ngga, Cuma saya gini eh ya Allah kapan aku kaya mereka, mau iri gimana kemampuan orang sudah beda-beda...” (W.S4.90)

d. Sikap mudah berempati terhadap orang lain

Subjek MJ selalu berusaha memberikan perhatian kepada orang lain dengan memberikan bantuan ketika subjek mampu dan merasa kasihan kepada orang yang susah, walaupun subjek sama-sama mengalami kesusahan. Bahkan, subjek MJ memberikan solusi ketika diminta saran. Akan tetapi subjek MJ dalam memberikan pertolongan perlu meminta izin kepada suami terlebih dahulu. Selain itu, subjek MJ merasa takut ketika ada orang lain yang menceritakan rahasia kepadanya dan subjek merasa terbebani.

“...Kalau ada ya tak bantu...” (W.S4.92)

“...Ya kadang kasihan sama temen, walaupun keadaan saya juga sama-sama susah, cuman gimana lagi...” (W.S4.94)

“...Ya saya kadang ngasih solusi. Seperti harusnya kamu itu gini jangan kaya gitu. Seperti minta tolong nama suami saya untuk atas nama pengajuan bank. Ya kaya saya ngga maulah mas...” (W.S4.96)

“...Kalau ada yang curhat, saya ngerasa waduh takut, karena seperti beban buat saya, bener-bener terbebani takut ngga bisa njaga...” (W.S4.100)

e. Sikap memberikan kasih sayang terhadap orang lain

Subjek MJ memiliki tekad kuat untuk rela berkorban untuk orang yang subjek sayangi. Selain itu, subjek MJ selalu mengutamakan keluarga untuk subjek berikan belas kasih. Kemudian, subjek MJ merasakan keluarga memahami keadaanya dan selalu mengerti perasaannya. Walaupun subjek merasa sakit hati ketika orang lain merendakan keluarganya.

“...Saya sih mengutamakan keluarga mas, kalau sama orang lain biasa aja ngga yang harus menunjukkan...” (W.S4.104)

“...Ngga Alhamdulillah, keluarga saya juga ngerti keadaan saya gini. Karena keluarga yang satu-satunya yang saya miliki....” (W.S4.108)

“...Saya ngga terima mas, soalnya itu keluarga saya. Belum tentu dia yang merendahkan lebih baik dari saya, seperti katanya keluarga wajah-wajah ngemis...” (W.S4.110)

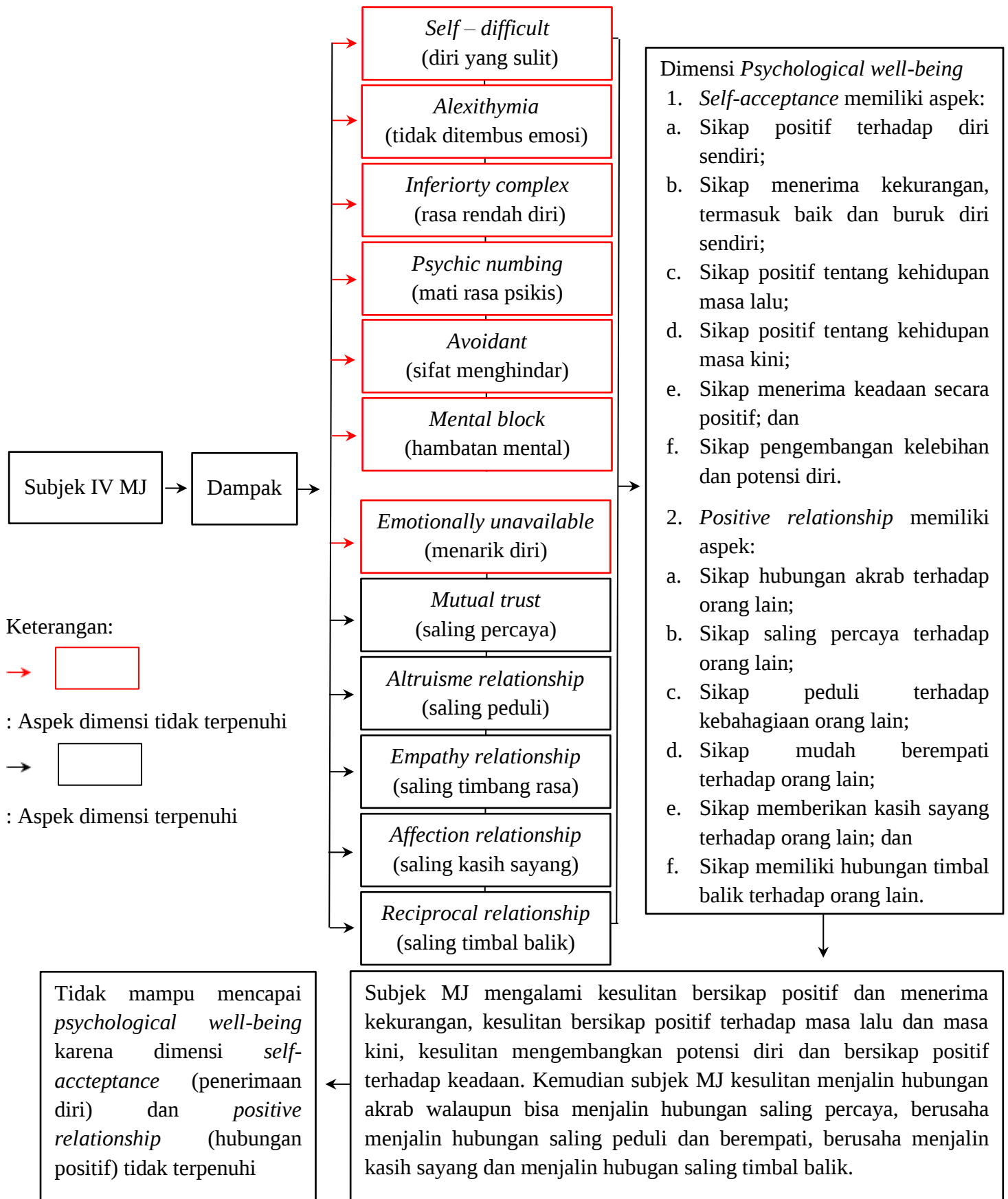
f. Sikap memiliki hubungan timbal balik terhadap orang lain

Subjek MJ berusaha saling memahami keadaan satu sama lain dan berusaha saling memberikan apa yang diperlukan dengan orang lain agar menjadi lebih baik. Selain itu, subjek MJ enggan menjalin hubungan yang lebih dekat ketika subjek dikecewakan dan dikhianati. Kemudian, subjek MJ berupaya untuk memaafkan kesalahan orang lain.

“...Saya responnya akan lebih baik lagi, karena mereka tau keadaan aku sifat aku. Kalau mereka ngga paham keadaan aku dan sifat aku pasti ngga baik sama aku...” (W.S4.114)

“...Ngga akan, biasa aja cuman saya ngga akan cerita yang berlebihan lebih intim, walaupun masih berhubungan dengan orang itu tapi biasa aja, ngga mau mengulang kesalahan lagi, lebih ke ngga mau ngurusin urusan dia. Dan insya Allah saya berusaha memaafkan walaupun berat hati. Hidup di kampung ya harus tebal telinga, banyak ngga enakya hidup disini. Sukanya ngurusin urusan orang...” (W.S4.120)

Gambar 4. 4 Skema Dinamika *Psychological Well-Being* Subjek MJ



e) Subjek V (SM)

Dampak kemiskina ekstrem tidak menjadikan subjek SM terus berupaya untuk optimis dalam menjalankan kehidupan sehari-hari. Subjek SM mengalami kesulitan dalam memenuhi kebutuhan sehari-hari, akan tetapi subjek tidak merasa terbebani karena kesulitan tersebut. Kemudian subjek SM tidak mempermasalahakan yang terjadi pada dirinya. Selama proses wawancara subjek SM sangat tenang sangat bahagia dengan menunjukkan selalu tersenyum. Kemiskinan ekstrem yang subjek alami sudah terjadi sejak subjek masih anak-anak; hal itu yang menjadikan subjek tidak dapat kesempatan untuk bersekolah seperti orang pada umumnya.

“...Kalau secara ekonomi ya lumayan sulit, ya seperti ini pemakaiannya banyak pendapatannya minim, untuk bulanan berat apalagi untuk harian...” (W.S5.4)

“...Perasaannya ya biasa saja, sederhana saja mas...” (W.S5.14)

“...Sudah kelewat, sudah lupa mas. Yang sudah terjadi ya sudah...” (W.S5.24)

Kemiskinan ekstrem yang dirasakan oleh subjek SM tidak menjadi hambatan, bahkan subjek SM tetap baik-baik saja. Subjek SM ketika direndahkan oleh orang lain justru subjek mendoakan agar orang tersebut menjadi baik. Kemudian hambatan subjek SM dalam menjalani kehidupan ketika subjek mengalami sakit, karena dengan sakit tersebut subjek merasa harus istirahat.

“...Ya baik-baik saja mas...” (W.S5.34)

“...Biarkan saja, didoakan supaya orangnya menjadi orang baik...” (W.S5.46)

“...Paling kalau lagi sakit mas, kalau tidak sakit ya lagi pusing harus istirahat, kalau tidak seperti itu ya biasa saja tetap menjalankan kegiatan sehari-hari...” (W.S5.54)

Subjek SM sebagai keluarga dengan tingkat kemiskinan ekstrem tidak menghambat subjek untuk menjalin hubungan dengan lingkungan. Subjek SM dalam menjalin hubungan dengan lingkungan tidak pernah ada masalah dan subjek mampu menjalin hubungan saling mendukung satu sama lain. Kemudian subjek SM dapat bersikap positif terhadap orang lain walaupun orang lain tidak memperdulikan dirinya, akan tetapi subjek SM tetap membantu tidak melihat siapapun orang yang subjek bantu. Subjek SM mencerminkan sebagai orang yang memperdulikan keadaan satu sama lain.

“...Baik-baik saja, tidak ada masalah...” (W.S5.64)

“...Ya, kalau saya ada tetap saya bantu. Walaupun orangnya tidak peduli sama saya. Yang penting sayanya baik kepada siapapun...” (W.S5.86)

Subjek SM selalu membantu orang lain dan lingkungan semampunya. Bahkan, subjek SM tidak pernah membenci siapapun dan subjek selalu menjadi orang baik di lingkungan. Kemudian subjek SM tidak pernah merasakan subjek direndahkan oleh orang lain, hal tersebut menjadikan subjek selalu menjalin hubungan baik dengan siapapun.

“...Ya, kalau saya ada tetap saya bantu. Walaupun orangnya tidak peduli sama saya. Yang penting sayanya baik kepada siapapun...” (W.S5.98)

“...Terserah saja mas. Yang penting saya selalu baik dengan orang lain...” (W.S5.106)

“...Tidak ada mas...” (W.S5.116)

Setelah menjelaskan dinamika yang terjadi pada subjek SM sebagai keluarga dengan kemiskinan ekstrem, peneliti kemudian memaparkan data yang diperoleh mengenai psychological well being subjek berdasarkan setiap aspek dari dua dimensi psychological well-being yaitu self-acceptance (penerimaan diri) dan positive relationship (hubungan positif).

1. *Self-acceptance* (Penerimaan diri)

a. Sikap positif terhadap diri sendiri

Subjek SM dalam menjalani kehidupan sebagai keluarga miskin ekstrem dengan secara sangat sederhana dan tidak pernah menyalahkan keadaan yang terjadi akibat kemiskinan yang dialaminya.

“...Ya, sederhana saja...” (W.S5.2)

“...Tidak pernah saya mas, semampunya saja mas...” (W.S5.6)

“...Ya, sederhana saja mas, seadanya saja, sedapatnya saja, dikampung ya harus seperti itu...” (W.S5.8)

“...Tidak pernah mas, bagaimana lagi keadaannya seperti ini...” (W.S5.10)

b. Sikap menerima kekurangan, termasuk baik dan buruk diri sendiri

Subjek SM sangat menerima segala kekurangan yang subjek miliki. Subjek SM selalu menjalin hubungan baik walaupun subjek memiliki banyak kekurangan. Selain itu, subjek SM tidak merasa kekurangan yang subjek miliki menjadi penghambat hidupnya dan subjek dalam menjalankan kehidupan dengan sangat sederhana.

“...Baik-baik saja mas, tidak ada masalah. Kalau sama lingkungan kalau baik ya pasti banyak temannya, kalau membuat masalah ya dijauhi orang...” (W.S5.12)

“...Menerima saja mas, apa adanya mas...” (W.S5.16)

“...Tidak mas, sederhana saja mas...” (W.S5.18)

“...Tidak pernah mas kalau itu. Seadanya saja...” (W.S5.20)

c. Sikap positif tentang kehidupan masa lalu

Subjek SM memiliki sikap positif terhadap semua kejadian yang terjadi dimasa lalunya. Selain itu, subjek SM menjadikan masa lalu sebagai konsep bekal untuk dirinya dimasa depan dan menerima dengan lapang dada.

“...Dulu saat orang tua masih hidup, saya kerja ikut orang tua sebelum di rice mill ya apa adanya, kadang mencangkul, angkat kayu. Kerja dikampung ya apa adanya ya mas...” (W.S5.22)

“...Menerima saja mas, sudah apa adanya...” (W.S5.26)

“...Biasa saja, pun biasa prihatin dari kecil mas...” (W.S5.28)

“...Tidak pernah mas, dari dulu seadanya saja...” (W.S5.30)

d. Sikap positif tentang kehidupan masa kini

Subjek SM mampu menerima kehidupan yang dijalani saat ini. Hal ini, ditunjukkan dari sikap menerima segala keadaan dengan sikap positif, karena subjek SM sudah terbiasa menjalankan kehidupan yang apa adanya.

“...Ya seadanya saja, secukupnya mas, sedapatnya mas. Dapatnya seperti ini ya sudah diterima saja...” (W.S5.32)

“...Tidak pernah mas, saya tidak pernah ya karena dari kecil sudah prihatin serba kecukupan...” (W.S5.40)

e. Sikap menerima keadaan secara positif

Subjek SM dalam menjalani kehidupan kemiskinan ekstrem tidak pernah mengeluh terhadap keadaan yang terjadi dan selalu berpikir positif. Selain itu, subjek SM tidak pernah berharap apapun sehingga subjek tidak pernah kecewa dan subjek menjalani kehidupan sangat sederhana apa adanya.

“...Tidak pernah tersinggung mas. Ya, diterima saja mas, itu termasuk doa...” (W.S5.44)

“...Tidak pernah mengharapkan apa-apa mas, hidup dijalani seadanya saja...” (W.S5.48)

“...Tidak pernah kecewa, seadanya saja mas...” (W.S5.50)

f. Sikap pengembangan kelebihan dan potensi diri

Dampak kemiskinan ekstrem yang Subjek SM alami tidak menjadi hambatan subjek dalam mengembangkan diri. Subjek SM selalu menjalankan apa adanya secara sederhana, tidak memperdulikan masalah apapun yang terjadi, subjek selalu menjalani dengan baik.

“...Walah tidak ada mas. Secukupnya saja...” (W.S5.52)

“...Tidak pernah mas...” (W.S5.56)

“...Kayanya selama ini tidak ada mas...” (W.S5.60)

2. **Positive relationship (Hubungan positif)**

a. Sikap hubungan akrab terhadap orang lain

Subjek SM memiliki hubungan yang sangat baik dengan lingkungan dan subjek tidak pernah bermasalah dengan orang lain. Selain itu, subjek masih bersama dengan keluarganya dalam satu rumah dan menjalani kehidupan yang sangat sederhana. Kemudian subjek SM masih berhubungan baik dengan teman masa kecilnya selalu berinteraksi setiap hari dan tidak pernah kecewa.

“...Sangat baik dengan lingkungan mas...” (W.S5.62)

“...Masih mas. Masih kumpul satu rumah...” (W.S5.66)

“...Masih, kadang itu yang timur Tarmidi, yang di Semarang pas hari raya kesini satu minggu pasti main kesini, terus yang selatan yang berjualan mie ayam itu teman saya dari kecil...” (W.S5.68)

“...Saya tidak pernah mas...” (W.S5.70)

b. Sikap saling percaya terhadap orang lain

Subjek SM mampu menjalin hubungan saling percaya satu sama lain; bersama orang sekitar sama-sama menerima apa adanya. Selain itu, subjek SM menjalin keakraban dengan menjalani kebahagiaan bersama. Kemudian, subjek SM menilai semua orang baik dan selalu menjaga rahasia.

“...Ya, ada dan sama-sama sederhana, sama-sama menerima apa adanya...” (W.S5.72)

“...Hubungannya sangat baik, bermain bersama kalau nonton dangdut, wayang, kumpul-kumpul ke pasar malam itu jalan kaki bareng kadang naik motor saya bonceng...” (W.S5.74)

“...Sama siapa saja selalu percaya, orangnya baik semua mas. Alhamdulillah baik semuanya...” (W.S5.78)

“...Ya, disampaikan tapi kalau rahasia keluarga tidak mas...” (W.S5.80)

c. Sikap peduli terhadap kebahagiaan orang lain

Subjek SM sangat antusias dengan lingkungan, walaupun subjek miskin ekstrem akan tetapi subjek selalu ikut terlibat setiap ada kegiatan dilingkungannya. Selain itu, subjek SM selalu membantu dengan siapapun orangnya, dan ikut senang dengan kebahagiaan orang dan tidak merasa iri dengan orang lain.

“...Kalau saya mampu tak bantu mas, walaupun tidak seberapa yang penting saya ikhlas. Seperti kalau ada tarikan mushola, pengajian atau bansos kematian ya saya bantu walapun tidak banyak. Kaya yang kemarin terikan halal bi halal ya saya bantu. Pokoknya semampunya kalau 50 rb ya tidak masalah kalau 100rb ya tidak masalah...” (W.S5.82)

“...Sangat peduli mas...” (W.S5.84)

“...Ya, tidak apa-apa. Orang punya kebahagiaannya masing-masing sudah rejekinya orang itu...” (W.S5.88)

“...Saya tidak pernah sama sekali mas, tidak baik kalau iri sama orang. Seadanya saja...” (W.S5.90)

d. Sikap mudah berempati terhadap orang lain

Subjek SM selalu membantu setiap orang yang membutuhkan dan subjek menolong tetangganya yang tidak memiliki uang saku untuk anaknya berangkat sekolah.

“...Kalau saya ada dan perlu bantuan saya bantu, tenaga selalu siap tak berikan...” (W.S5.92)

“...Ada, Kadang ada orang kekurangan uang untuk anak sekolah jadinya anak tidak punya uang saku, kalau saat itu saya ada ya saya kasih mas. Melas kan penting untuk pendidikan...” (W.S5.94)

e. Sikap memberikan kasih sayang terhadap orang lain

Subjek SM selalu rela berkorban kepada siapapun terutama untuk keluarga dan subjek tidak pernah membenci keluarga walaupun keadaanya serba kesusahan.

“...Kalau ada ya rela berkorban...” (W.S5.102)

“...Sangat baik mas. Harus selalu saling belas kasih kepada siapapun...” (W.S5.104)

“...Saya tidak pernah membenci keluarga...” (W.S5.108)

“...Terserah saja mas...” (W.S5.110)

f. Sikap pengembangan kelebihan dan potensi diri

Dalam menjalani kehidupan sebagai keluarga miskin ekstrem, subjek SM tidak pernah tersinggung ketika subjek dan keluarganya direndahkan oleh orang. Selain itu, subjek SM tidak pernah dikecewakan oleh orang. Kemudian subjek SM selalu membalas kebaikan yang lebih kepada orang yang sudah baik dan menjalin hubungan saling percaya, saling berbagi satu sama lain dengan apa adanya.

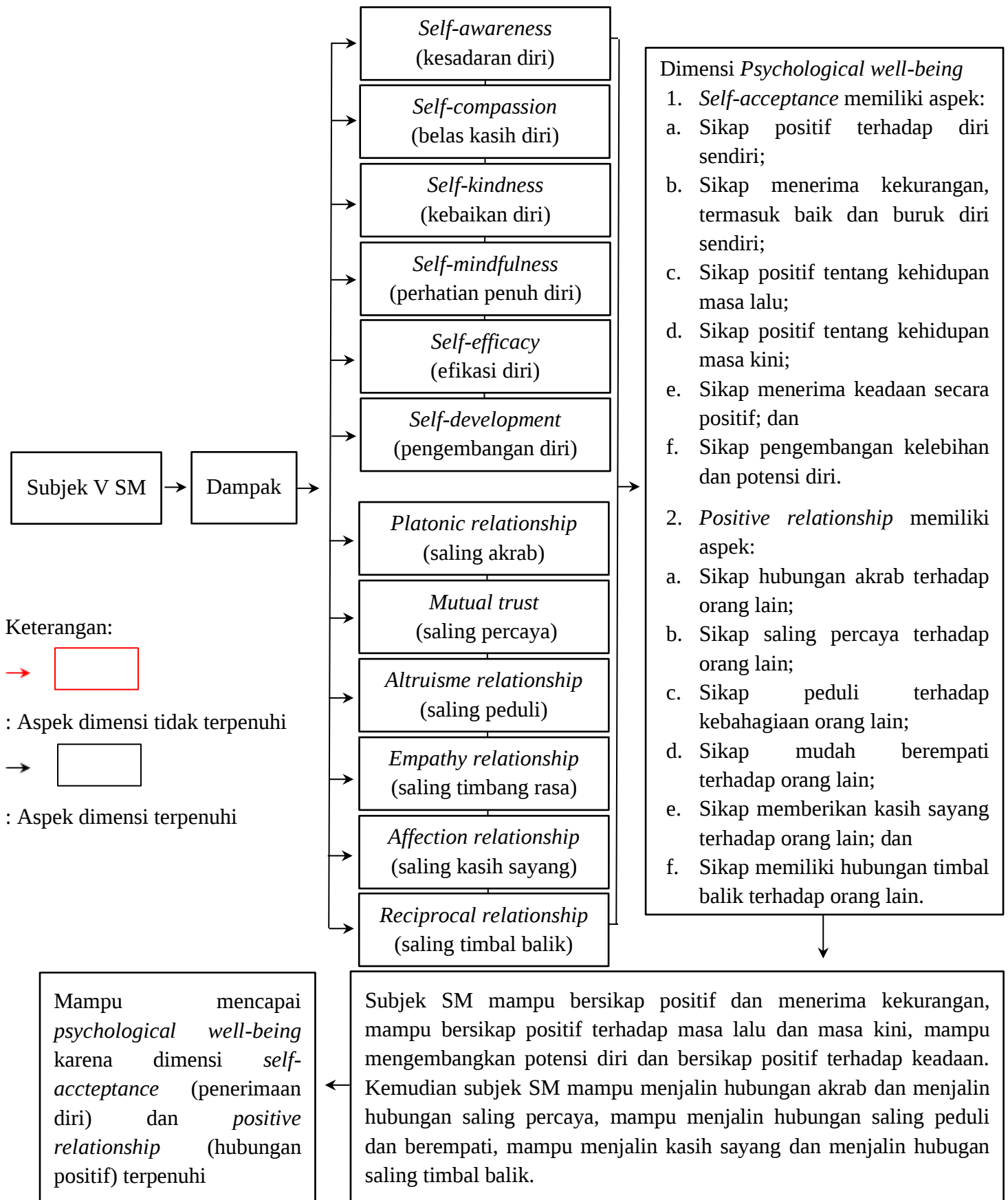
“...Tidak pernah mas. Baik-baik saja...” (W.S5.112)

“...Saya balas lebih baik mas...” (W.S5.114)

“...Tidak pernah mas. Yang penting baik ya pasti percaya...” (W.S5.118)

“...Ya harus saling berbagi dengan siapapun mas, seadanya saja mas...” (W.S5.120)

Gambar 4. 5 Skema Dinamika *Psychological Well-Being* Subjek SM



Tabel 4. 3 Rekapitulasi Dinamika *Psychological well-being*

Dimensi <i>Psychological well-being</i>	Subjek I (IP)	Subjek II (SF)	Subjek III (SR)	Subjek IV (MJ)	Subjek V (SM)
<i>Self-acceptance</i>	Subjek I (IP) mengalami kesulitan dalam memahami diri sendiri, emosi, dan sering merasa kurang percaya diri, serta cenderung menghindari ketika terjadi perasaan negatif, yang menghambat kemampuan subjek I (IP) untuk berpikir jernih ketika terjadi masalah.	Subjek II (SF) sangat kesulitan dalam menghadapi berbagai tantangan dalam mengekspresikan emosi, serta mengalami rendah diri dan stres akibat menghindari dari masalah, yang menjadikan subjek II (SF) mengalami hambatan dalam mengembangkan potensinya.	Subjek III (SR) kesulitan dalam menghadapi tantangan besar dalam memahami dan mengungkapkan emosinya, mengalami rendah diri, serta mati rasa, namun subjek III (SR) tetap berupaya untuk mengembangkan diri demi meningkatkan kualitas hidupnya.	Subjek IV (MJ) kesulitan dalam menghadapi berbagai tantangan dalam pemahaman diri, pengenalan emosi, dan kepercayaan diri, yang mengakibatkan ketidakpekaan serta penghindaran terhadap masalah, sehingga subjek IV (MJ) menghambat kemampuannya untuk berpikir jernih dan mengembangkan potensinya.	Subjek V (SM) menunjukkan kemampuan memahami diri dan orang lain, melakukan kebaikan di masa sulit, serta memiliki harapan dan subjek V (SM) fokus pada pengembangan diri guna meningkatkan kualitas hidup.

<i>Positive relationship</i>	Subjek I (IP) mengalami kesulitan dalam membangun hubungan emosional dan merasakan kebahagiaan, meskipun subjek I (IP) berusaha untuk berinteraksi dan menunjukkan kasih sayang kepada keluarga. Namun, subjek I (IP) cenderung menarik diri dari interaksi sosialnya.	Subjek II (SF) mengalami kesulitan dalam membangun hubungan emosional dan menarik diri akibat trauma, sementara Subjek II (SF) berusaha memahami dan memberikan kasih sayang kepada keluarga dan orang-orang terdekatnya.	Subjek III (SR) menghadapi tantangan dalam membangun hubungan emosional dan kepercayaan, meskipun menunjukkan usaha untuk peduli dan memiliki kasih sayang terhadap anak-anaknya, namun subjek III (SR) tetap terhalang oleh keterlibatan yang minim dengan lingkungan karena trauma yang dialaminya.	Subjek IV (MJ) mengalami kesulitan membangun hubungan emosional yang kuat dengan orang lain, mengutamakan kepentingan mereka. Akan tetapi subjek IV (MJ) memiliki empati dan kasih sayang yang tinggi terhadap keluarga.	Subjek V (SM) menunjukkan kemampuan luar biasa dalam membangun hubungan emosional yang kuat, mengutamakan kepentingan orang lain, dan subjek V (SM) memiliki rasa kasih sayang yang mendalam terhadap keluarga serta orang lain, sekaligus mampu merasakan perasaan orang lain.

2. Analisis Hasil Temuan

Setelah memaparkan keseluruhan hasil penelitian masing-masing subjek mengenai *psychological well-being* pada keluarga miskin di wilayah Kecamatan Randudongkal Kabupaten Pemalang. Kemudian peneliti melakukan analisis data hasil penelitian dan memaparkan *psychological well-being* yang berfokus pada dimensi *self-acceptance* dan *positive relationship* pada masing-masing subjek secara utuh. Peneliti fokus pada dimensi *self-acceptance* dan *positive relationship* serta pendalaman makna dari dua dimensi *self-acceptance* dan *positive relationship* dalam menggambarkan dimanika *psychological well-being* pada keluarga miskin di wilayah Kecamatan Randudongkal Kabupaten Pemalang. *psychological well-being* merupakan sikap positif pada diri sendiri dan orang lain, di mana seseorang dapat menerima dirinya, membangun relasi baik, menunjukkan kemandirian, menguasai lingkungan sekitarnya, memiliki tujuan dan arah hidup, serta mampu meningkatkan potensi diri untuk tumbuh optimal (Ryff, 1989). Aspek yang harus dipenuhi pada dimensi *self-acceptance* adalah sikap positif terhadap diri sendiri, sikap menerima kekurangan; termasuk baik dan buruk diri sendiri, sikap positif tentang kehidupan masa lalu, sikap positif tentang kehidupan masa kini, sikap menerima keadaan secara positif; dan sikap pengembangan kelebihan dan potensi diri (Ryff, 2022). Kemudian aspek yang harus dipenuhi pada dimensi *positive relationship* adalah sikap hubungan akrab terhadap orang lain, sikap saling percaya terhadap orang lain, sikap peduli terhadap kebahagiaan orang lain, sikap mudah berempati terhadap orang lain, sikap memberikan kasih sayang terhadap orang lain, sikap memiliki hubungan timbal balik terhadap orang lain (Ryff, 2024). Selain itu, peneliti juga memaparkan hasil temuan melalui perspektif Islam Tasawuf (Al-Ghazali, 1111a), Tafsir al-Qur'an (Al-Bantani, 1897) dan Kejawen atau kearifan lokal jawa (Suryomentaram, 1985).

Hasil penelitian menunjukkan jika kelima subjek hanya satu subjek yang menunjukkan kemampuan memahami diri dan orang lain, melakukan kebaikan dimasa sulit, serta memiliki harapan dan fokus pada pengembangan diri guna meningkatkan kualitas hidup. Kemudian satu subjek tersebut menunjukkan kemampuan luar biasa dalam membangun hubungan emosional yang kuat, mengutamakan kepentingan orang lain, dan memiliki rasa kasih sayang yang mendalam terhadap keluarga serta orang lain, sekaligus mampu merasakan perasaan orang lain. Sedangkan keempat subjek menghadapi kesulitan dalam memahami diri, mengelola emosi, dan membangun kepercayaan diri, yang berdampak negatif pada kemampuan berpikir jernih dan pengembangan potensi, meskipun subjek berusaha meningkatkan kualitas hidupnya. Kemudian keempat subjek tersebut mengalami kesulitan dalam membangun hubungan emosional dan menarik diri akibat trauma, meskipun berusaha menunjukkan kasih sayang kepada keluarga dan anak-anaknya, namun tetap terbatas oleh interaksi sosial yang minim.

Kemiskinan ekstrem menimbulkan dampak psikologis yang besar bagi subjek. Subjek I (IP) kemiskinan ekstrem yang dialami subjek mengakibatkan kesulitan dalam menjalani hidup, mempengaruhi sikap positif dan penerimaan terhadap diri sendiri. Begitu juga dengan subjek II (SF) akibat kemiskinan ekstrem menjadikannya mengalami perasaan kesedihan, kesepian, dan ketakutan yang mendalam akibat terbiasanya hidup dalam kemiskinan. Pada subjek III (SR) dampak kemiskinan ekstrem menjadikan ketidakpercayaan diri dan penurunan harga diri akibat lingkungan, namun tetap berusaha mengatasi kesulitan hidup dan berkontribusi pada masalah perekonomian serta kebutuhan keluarganya. Subje IV (MJ) kemiskinan ekstrem secara signifikan memengaruhi kesehatan mentalnya, membuatnya mengalami stres, rendah diri, dan merasa terjebak dalam penderitaan akibat kesulitan

memenuhi kebutuhan dasar. Berbeda subjek V (SM) Secara keseluruhan, meski mengalami kemiskinan ekstrem dalam menjalankan kehidupan sehari-hari dan serba kesulitan sejak kecil. Akan tetapi, tetap tenang dan bahagia tanpa merasa terbebani oleh situasi tersebut. Dalam perspektif islam tasawuf subjek V (SM) telah mencapai tahap *nikmat nafsiyah* yaitu pemahaman mengenai diri sendiri atas apa yang telah terjadi. Sedangkan secara perspektif al-Qur'an subjek V (SM) merupakan orang yang tetap tenang dalam menghadapi setiap kesulitan hidup yang dijelaskan dalam QS. Al-Fajr ayat 27; karena mampu mencapai jiwa yang tenang dengan mengendalikan diri tanpa memikirkan problem apapun. Kemudian dalam perspektif kejawen atau kearifan lokal Jawa, subjek V (SM) mampu mengendalikan *karep* atau keinginan dengan menerima segala kesulitan atas apa yang telah diperoleh atau *mungkret*.

Dampak kemiskinan ekstrem juga berimbas pada hubungan sosial dari masing-masing subjek. Subjek I (IP) kemiskinan ekstrem berdampak negatif pada kondisi sosial subjek, menghambat kemampuan subjek untuk membentuk hubungan yang akrab dan saling percaya serta mengurangi sikap peduli dan empati terhadap orang lain. Berbeda dengan Subjek II (SF) meskipun menghadapi kemiskinan ekstrem dan perasaan dimanfaatkan, subjek tetap optimis dan berusaha menjalin hubungan baik dengan tulus, sambil memaafkan kesalahan dan mengatasi kesedihan akibat kehilangan orang-orang terkasih. Kemiskinan ekstrem yang dialami subjek III (SR) menciptakan rasa kesepian dan ketidakpedulian, namun subjek tetap berusaha membantu orang lain meski sering diabaikan dan direndahkan, memilih untuk menghindar dan mengalah agar tidak menyinggung perasaan orang lain. Kemudian, subjek IV (MJ) juga menghadapi kesulitan akibat kemiskinan ekstrem, subjek mendapatkan dukungan positif dari teman-temannya, meski ada juga dampak negatif dari hubungan dengan teman yang toxic, yang

menambah beban emosional dan menyulitkan interaksi sosial yang peduli. Berbeda dengan subjek V (SM) meskipun menghadapi kemiskinan ekstrem, tetap menunjukkan sikap positif dan empati terhadap orang lain, menciptakan hubungan saling mendukung dan mengedepankan kebaikan tanpa membedakan orang, serta menjaga hubungan baik dengan lingkungan sosialnya. Dalam perspektif islam tasawuf subjek V (SM) mencapai tahap *nikmat badaniyah* yaitu wawasan tentang dunia dengan menunjukkan kualitas sosial yang sangat baik. Sedangkan dalam perspektif al-Qur'an subjek V (SM) merupakan orang yang beruntung yang dijelaskan dalam QS. Asy-syams ayat 9; subjek menunjukkan kebersihan hatinya mampu saling menghargai satu sama lain. Kemudian dalam perspektif kejawen, subjek V (SM) menerapkan *sak butuhe*, *sak perlune* dan *sak cukupe* yaitu menjalani hidup sesuai kebutuhan hidup dengan kepentingan saling berbagi dan sesuai kemampuan dalam menjalin hubungan sosial yang baik.

Kemudian peneliti akan membahas deskripsi *psychological well-being* masing-masing subjek menggunakan dimensi *self-acceptance* dan *positive relationship* dan aspek dari dua dimensi. Aspek dari dimensi *self-acceptance* adalah sikap positif terhadap diri sendiri, sikap menerima kekurangan; termasuk baik dan buruk diri sendiri, sikap positif tentang kehidupan masa lalu, sikap positif tentang kehidupan masa kini, sikap menerima keadaan secara positif; dan sikap pengembangan kelebihan dan potensi diri (Ryff, 2022). Kemudian aspek dari dimensi *positive relationship* adalah sikap hubungan akrab terhadap orang lain, sikap saling percaya terhadap orang lain, sikap peduli terhadap kebahagiaan orang lain, sikap mudah berempati terhadap orang lain, sikap memberikan kasih sayang terhadap orang lain, sikap memiliki hubungan timbal balik terhadap orang lain (Ryff, 2024).

Dimensi *psychological well-being* pertama adalah *self-acceptance*. Kemiskinan ekstrem berdampak signifikan pada psikologis dari masing-masing subjek kecuali subjek V (SM). Subjek I (IP), mengakibatkan kesulitan dalam berpikir positif, emosional yang sensitif, serta ketidakmampuan menerima keadaan. Selain itu, subjek terjebak pada kekurangan dan merasa terhambat, namun tetap tidak kehilangan harapan untuk perbaikan. Subjek II (SF) menghadapi kesulitan emosional dan penerimaan diri, merasa sedih dan kecewa, namun tetap berusaha optimis dan terus belajar meskipun dibayangi rasa takut gagal dan penilaian negatif dari teman-temannya. Subjek III (SR) mengalami kesulitan dan tekanan serta perilaku negatif suami, yang menghambat upayanya untuk berkembang. Meskipun sering merasa direndahkan, Subjek SR tetap berusaha berbagi dan bertahan dalam menghadapi tantangan hidupnya. Subjek IV (MJ) mengalami masalah emosional, hubungan yang buruk, serta kesulitan dalam mengembangkan diri. Perasaan marah, kecewa, dan penyesalan mendominasi hidupnya, sering kali mengarah pada perilaku merugikan dan pikiran negatif. Subjek V (SM) menunjukkan ketahanan luar biasa dengan sikap positif dan penerimaan atas keadaan, menjadikan masa lalu sebagai pelajaran, serta terus berusaha mengembangkan diri tanpa mengeluh atau merasa terhambat. Dalam perspektif Islam tasawuf subjek V (SM) mencapai tahap *nikmat kharijah* atau kesadaran akan kebutuhan fisik. Kemudian subjek V (SM) mencapai keberuntungan melalui kesadaran diri dan kewaspadaan diri yang dijelaskan dalam QS. Al-A'la ayat 14. Selain itu, dalam perspektif kejawen atau kearifan lokal Jawa, subjek V (SM) menerapkan kosep hidup *sak penake* atau sesuai kenyamanan diri sehingga tercipta sikap optimisme dalam menghadapi segala kesulitan hidup.

Selanjutnya dimensi kedua *psychological well-being* adalah *positive relationship*. Dampak kemiskinan ekstrem menghambat relasi positif dari masing-masing subjek kecuali subjek V (SM). Subjek I (IP) dalam menjalin hubungan yang baik, meskipun subjek menunjukkan kasih sayang mendalam kepada anak-anaknya dan usaha untuk tetap berinteraksi dengan lingkungan meski mengalami kesulitan dan trauma. Subjek II (SF) tetap berusaha membina hubungan baik dan saling mendukung, menunjukkan empati dan komitmen terhadap kepercayaan, walaupun sering mengalami kekecewaan ketika orang lain hanya memanfaatkan kebajikannya. Keluarga menjadi sumber kekuatan dan harga diri bagi subjek. Subjek III (SR) menghadapi kesulitan dalam berhubungan dengan lingkungan, terutama dengan anggota keluarga, yang menyebabkan tekanan dan trauma. subjek berupaya membantu orang lain dan menjaga kasih sayang untuk anak-anaknya, tetapi merasa kesulitan dalam membangun kepercayaan dan interaksi sosial. Subjek IV (MJ) meski mengalami kesulitan dalam menjalin hubungan, tetap berusaha membangun kepercayaan dan kepedulian terhadap orang lain, terutama keluarga. Namun, subjek merasa terbebani oleh rahasia orang lain dan enggan menjalin hubungan lebih dekat setelah dikhianati. Subjek V (SM) menunjukkan hubungan sosial yang kuat dan positif meskipun menghadapi kesulitan ekonomi, dengan senantiasa mendukung dan berinteraksi baik dengan keluarga, teman, dan lingkungan, serta menjaga prinsip saling percaya dan berbagi tanpa rasa iri. Secara Islam tasawuf subjek V (SM) mencapai tahap *nikmat ukhrawiyah* dan *nikmat taufiqiyah* yaitu kesadaran akhirat dan pemberian Tuhan. Sedangkan perspektif al-Qur'an subjek merupakan orang yang mampu mengendalikan diri yang dijelaskan dalam QS. Al-Mu'minin ayat 1-3. Kemudian perspektif kejawaen, subjek menggunakan konsep hidup *sak mestine* atau menjalankan hidup sesuai norma dan etika.

3. Hasil Observasi

Peneliti bertugas mencatat, menganalisis dan menyimpulkan data yang diperoleh dari pengamatan terhadap subjek (Raco, 2010). Observasi yang dilakukan peneliti ialah mencatat dan menganalisis data dari observasi mendalam terhadap subjek dari berbagai aspek subjek, seperti; kondisi fisik, gerakan anggota tubuh, mimik pada wajah, termasuk kondisi lingkungan subjek, serta aspek verbal dalam komunikasi ketika menjawab pertanyaan, penekanan subjek terhadap jawaban-jawaban tertentu.

Tabel 4. 4 Hasil Observasi Subjek

Subjek	Aspek				
	Ciri-ciri dan kondisi fisik	Penampilan	Sikap awal	Perilaku saat wawancara berlangsung	Reaksi emosional
I (IP)	- Kulit sawo matang - Memiliki tubuh cukup pendek - Badan berisi	- Menggunakan baju hitam dan celana training - Lusuh - Menggunakan anting-anting	- Takut - Kebingungan - Cemas - Canggung - Salah tingkah	- Menggosok-gosok lengan dan meremas-remas tangan - Tergesa-gesa dalam berbicara dan mengosok-gosok leher belakang - Banyak menggaruk-garuk lengan atas secara bergantian dan menghadap ke atas	- Menceritakan dengan nafas berat - Ngeblank saat menerima pertanyaan - Menghelai nafas - Mata berkaca-kaca
II (SF)	- Kulit putih - Memiliki tubuh ideal - Badan kurus	- Menggunakan baju putih dan celana pendek - Bersih dan rapih - Merokok	- Sopan - Murah senyum dan ramah - Tidak canggung	- Memperhatikan dengan baik - Menggoyangkan kaki saat duduk sila - Antusias dalam menceritakan	- Menceritakan dengan meneteskan air mata - Suara bergetar menahan tangis - Menghela napas

III (SR)	• Kulit sawo mentah • Memiliki tubuh cukup pendek • Badan sangat kurus	• Menggunakan baju putih merah • Lusuh dan tidak wangi • Menggunakan jilbab merah • Menggendong anak	• Sopan • Ramah • Tidak canggung • Fokus menggendong anak	• Memperhatikan dengan baik • Menjawab dengan nada yang rendah • Menjawab dengan terbata-bata • Beberapa menjawab dengan nada berbisik	• Menceritakan dengan mengusap mata • Mata berkaca-kaca • Menunjukkan ekspresi sedih • Nada bicara pelan dan kadang berbisik menunjukkan ketakutan yang diucapkan terdengar oleh kakaknya.
IV (MJ)	• Kulit sangat putih • Memiliki tubuh ideal • Badan ideal	• Menggunakan daster warna hijau army • Rapih dan tidak wangi • Memakai kalung dan anting-anting	• Sopan • Tidak canggung • Sering tertawa keras • Mudah tersenyum	• Memperhatikan dengan baik • Menjawab dengan nada yang keras • Menceritakan dengan lugas	• Menunjukkan ekspresi sedih • Dalam menceritakan intonasinya tinggi • Dalam menjawab sering memukul lantai dan kaki
V (SM)	• Kulit sawo matang • Memiliki tubuh kekar • Badan ideal	• Menggunakan baju warna biru muda • Menggunakan celana training • Menggunakan sandal jepit swallow	• Sopan • Tidak canggung • Sering senyum • Wajah natural	• Memperhatikan dengan sangat baik • Menjawab dengan nada yang lembut • Tenang saat menceritakan	• Pandangan fokus • Tidak banyak gerak • Tangan mengenggam • Selalu tersenyum setiap menjawab

4. Pembahasan Hasil Penelitian

Pada pembahasan kali ini, peneliti akan memaparkan dinamika *psychological well-being* yang terjadi pada masing-masing subjek. Dinamika *psychological well-being* meliputi proses mental yang sesuai maupun tidak sesuai dengan fokus pada dimensi *self-acceptance* dan *positive relationship*. Proses mental yang sesuai dengan dimensi *self-acceptance* dan *positive relationship* yang bersifat positif dapat menunjang subjek mencapai *psychological well-being*. Sedangkan proses mental yang tidak sesuai dengan dimensi *self-acceptance* dan *positive relationship* akan menghambat subjek untuk mencapai *psychological well-being* pada keluarga dengan tingkat kemiskinan ekstrem. Selain itu, *psychological well-being* pada subjek keluarga miskin ekstrem ditinjau menggunakan perspektif Sufisme, al-Qur'an dan Kejawen atau kearifan lokal Jawa. Kemudian *psychological well-being* ditinjau dari faktor psikografis dan demografisnya.

a. Dimensi *Self-acceptance* (penerimaan diri)

Dinamika *psychological well-being* yang terjadi cukup kompleks pada setiap subjek akibat kemiskinan ekstrem. Dampak tersebut sangat memengaruhi kondisi psikologis empat subjek. Subjek I (IP) seperti menghambat sikap positif, dan menyebabkan kesulitan dalam penilaian diri serta hubungan sosial. Begitu juga dengan subjek II (SF) menghadapi kesulitan dalam menilai diri akibat kesusahan hidup, yang mengarah pada kegundahan dan perasaan berbeda dari orang lain, serta pelampiasan emosional yang tidak terkendali. Kemudian, subjek III (SR) menghadapi banyak tantangan ekonomi yang memengaruhi penilaian diri merasakan serba terbatas dan menyebabkan kekecewaan. Selain itu, subjek V (MJ) mengalami masalah emosional seperti; merasa kekurangan, marah tidak terkontrol, dan rasa kecewa yang berujung pada konflik dalam

rumah tangga, terutama terhadap anak dan suami, menjadikan keempat subjek mengalami *self-difficult* (diri yang sulit) yaitu individu yang mengalami kesulitan dalam memahami, menerima, dan mengelola diri perlu mendapatkan dukungan dan strategi yang tepat untuk meningkatkan keterampilan pribadi dan kesehatan mental mereka; menjadikan subjek kesulitan bersikap positif terhadap diri sendiri (Baumeister, 2010). Hal ini, sesuai dengan penelitian oleh (Heatherton dan Baumeister, 1991). Berbeda dengan subjek V (SM) justru menunjukkan sikap resilien dalam menghadapi kehidupan sebagai keluarga miskin ekstrem, menjalani kehidupan sederhana tanpa menyalahkan keadaan yang dihadapi akibat kemiskinan; menjadikan subjek mencapai *self-awareness* (kesadaran diri) yaitu kemampuan untuk memahami dan mengendalikan diri secara menyeluruh, meliputi sifat, karakter, emosi, perasaan, pikiran, serta cara beradaptasi dengan lingkungan (Roessler dan Eilan, 2003). Ini juga mencakup kemampuan subjek dalam melihat diri sendiri secara objektif dengan melakukan refleksi dan introspeksi; menjadikan subjek mampu bersikap positif terhadap diri sendiri. Hal ini, sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Nida-Rümelin (2017) dan diperkuat penelitian Miao dkk. (2024) bahwa penerimaan diri bermula dengan terbentuknya kesadaran diri sehingga dimensi penerimaan diri dapat terpenuhi sehingga menjadikan subjek mencapai kesejahteraan psikologis.

Dampak kemiskinan ekstrem menjadikan subjek I (IP) menghadapi tantangan dalam menerima kekurangan yang dimiliki, merasa berbeda dari orang lain, dan merasakan penyesalan yang mengakibatkan hambatan dalam kehidupan. Kemudian subjek II (SF) mengalami kesedihan, penyesalan, dan ketakutan gagal akibat kesulitan dalam menerima kekurangan

dirinya. Selain itu, subjek III (SR) merasa terhambat oleh kekurangan dalam hidupnya dan menyalahkan kemiskinan yang dialami sebagai penghalang untuk mencapai kehidupan yang lebih baik. Begitu juga dengan subjek IV (MJ) kesulitan berinteraksi dengan orang lain dan menimbulkan konflik saat menghadapi ejekan, yang kemudian mengakibatkan hambatan dalam menjalani kehidupan sehari-harinya; menjadikan keempat subjek mengalami *alexithymia* (tidak dapat ditembus emosi) yaitu kondisi muncul ketika individu tidak mampu mengenali dan mengekspresikan emosinya, yang dapat menghambat kesehatan mental dan hubungan sosial (Vanheule dkk., 2007). Dalam hal ini, berdampak pada subjek sehingga kesulitan dalam mengenali perasaan, menerapkan batasan dan menentang diri sendiri serta dapat memengaruhi kemampuan dalam menjalin hubungan dengan orang lain; menjadikan keempat subjek kesulitan berpikir menerima segala kekurangan pada dirinya. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh (Hogeveen dan Grafman, 2021). Berbeda dengan subjek V (SM) justru menerima kekurangan diri, menjalin hubungan baik meskipun memiliki banyak kekurangan, dan tidak membiarkan kekurangan tersebut menghambat hidupnya, menjalani kehidupan dengan sederhana; menjadikan subjek mencapai *self-compassion* (kasih sayang diri) yaitu kemampuan untuk berbuat baik, memahami, dan menerima diri sendiri, terutama dalam menghadapi tantangan, kegagalan, atau ketidaksempurnaan (Zessin dkk., 2015). Hal ini, selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh Hall dkk. (2013) dan Neff Davidson (2016) serta diperkuat oleh penelitian Neff dan Germer (2017) bahwa belas kasih pada diri sendiri sebagai salah satu bentuk proses dalam memenuhi dimensi penerimaan diri untuk mencapai kesejahteraan psikologis.

Kemiskinan ekstrem menjadikan subjek I (IP) menghadapi kesulitan dan merindukan masa lalu yang lebih baik, ia tetap tidak putus asa dan berusaha menghadapi keadaan saat ini. Kemudian kemiskinan ekstrem yang dialami subjek II (SF) mengakibatkan kesulitan dalam menerima masa lalu dan ketidakmampuan untuk mengontrol emosi, berakar pada pengalaman sulit sejak kecil. Selain itu, subjek III (SR) merasakan tekanan dari berbagai tuntutan hidup dan memilih untuk diam dalam menghadapi kesulitan, yang kemudian membuatnya merasa bahwa takdirnya adalah menjadi orang yang hidup dalam kesulitan. Begitu juga dengan subjek IV (MJ) mengalami kesulitan akibat kesalahan yang dibuat, merasakan penyesalan mendalam, dan bahkan mencapai titik putus asa karena kondisi kemiskinan yang dialaminya sehingga keempat subjek mengalami *inferiority complex* (rasa rendah diri) yaitu kondisi psikologis yang dapat mengakibatkan perasaan rendah diri dan ketidakmampuan jika dibandingkan dengan orang lain, yang pada akhirnya dapat mempengaruhi kesejahteraan mental individu (Adler, 2014). Perasaan ini dapat memengaruhi berbagai aspek kehidupan, seperti sosial, intelektual, dan fisik serta cenderung memiliki rasa percaya diri yang sangat rendah dan selalu merasa kurang; menjadikan keempat subjek kesulitan bersikap positif tentang kehidupan masa lalunya. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh (Kabir dan Rashid, 2017). Berbeda dengan subjek V (SM) justru menunjukkan sikap positif terhadap pengalaman masa lalunya, memanfaatkan hal tersebut sebagai bekal untuk masa depan dan menerima segala kejadian dengan lapang dada; menjadikan subjek mencapai *self-kindness* (kebaikan diri) yaitu kemampuan yang mencakup sikap baik, pengertian, dan kelembutan pada diri sendiri merupakan hal penting, terutama dalam menghadapi kesulitan atau

kesalahan; menjadikan subjek mampu bersikap positif tentang kehidupan masa lalunya (Mantzios dan Egan, 2017). Hal ini selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh Hussain dkk. (2021) sehingga penerimaan diri subjek dapat terbentuk dengan baik menjadikan subjek mencapai kesejahteraan psikologis.

Akibat kemiskinan ekstrem tidak hanya memperburuk kondisi material subjek I (IP), akan tetapi juga berdampak negatif pada kesejahteraan emosional dan kepuasan hidupnya. Selain itu, subjek III (SR) mengalami kesulitan akibat perilaku negatif suaminya, yang menyebabkan pelampiasan amarah dan pemikiran negatif tentang diri sendiri, sehingga menghalangi interaksi dengan lingkungan sekitar. Begitu juga dengan subjek IV (MJ) mengalami kesulitan hidup yang signifikan dan cenderung melakukan perilaku merugikan, serta menghadapi pikiran negatif yang mendorongnya untuk meninggalkan keluarga dan anak-anak; menjadikan ketika subjek mengalami *psychic numbing* (mati rasa psikis) yaitu fenomena psikologis yang mencerminkan ketidakpedulian individu terhadap penderitaan orang lain, mempengaruhi interaksi sosial dan empati dalam masyarakat (Slovic, 2015). Hal ini menjadikan perasaan cuek, pasrah dan tidak tertarik dengan apa yang terjadi; menjadikan ketiga subjek kesulitan dalam bersikap positif tentang kehidupan masa kini. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh (Slovic, 2024). Berbeda dengan subjek II (SF) cenderung menjalani hidup dengan optimisme dan kehati-hatian, meskipun masih dihantui rasa takut, dan selalu melakukan evaluasi terhadap pengalaman hidupnya. Begitu juga dengan subjek V (SM) menunjukkan kemampuan untuk menerima kehidupan saat ini dengan sikap positif, mencerminkan kesadaran dan adaptasi terhadap keadaan yang ada; menjadikan kedua subjek mencapai *self-mindfulness* (penuh

perhatian diri) yaitu kesadaran tanpa penghakiman terhadap pikiran dan perasaan yang mendukung pemahaman diri yang lebih mendalam (Savitri dan Listiyandini, 2017); menjadikan kedua subjek mampu bersikap positif tentang kehidupan masa kini dengan sangat baik. Hal ini selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh Langer dan Carson (2006); kemudian diperkuat oleh penelitian (Xiao dkk., 2017) dan (Warsah dkk., 2023). Subjek II (SF) berusaha untuk bersikap positif, sedangkan subjek V (SM) mampu bersikap positif untuk penerimaan diri (Putri dkk., 2023).

Selanjutnya dinamika akibat kemiskinan ekstrem yang terjadi ialah subjek I (IP) mengalami kesulitan dalam mengendalikan diri yang menghambat pemikiran positif, sehingga membuatnya mudah tersinggung dan kecewa terhadap realitas yang dihadapi. Kemudian, dampak kemiskinan ekstrem mengakibatkan Subjek II (SF) merasakan kesedihan dan kekecewaan, menunjukkan bahwa subjek sering merasa tidak puas dengan kehidupan yang dijalannya. Selain itu, subjek III (SR) mengalami tekanan akibat kemiskinan ekstrem dan penghinaan dari orang lain, yang memicu kemarahan terhadap perlakuan negatif suaminya serta situasi sulit yang dihadapinya. Begitu juga dengan subjek IV (MJ) yang berasal dari keluarga miskin ekstrem mengalami kesulitan dalam berpikir positif, mudah tersinggung, dan merasa kecewa dengan hidupnya, sehingga subjek menolak pujian; menjadikan keempat subjek mengalami *avoidant* (sifat menghindar) yaitu mencerminkan kecenderungan individu untuk menjauhi interaksi sosial, hubungan emosional, dan pengalaman baru, yang dapat mempengaruhi keterlibatan dan perkembangan pribadi mereka (Ottenbreit dan Dobson, 2008); menjadikan sulit menerima keadaan yang terjadi secara positif. Hal ini sesuai dengan

penelitian yang dilakukan oleh (Howell dkk., 2016). Berbeda dengan subjek V (SM) justru menghadapi kehidupan dalam kemiskinan ekstrem dengan sikap positif, tidak mengeluh, dan tidak berharap, sehingga mampu menjalani kehidupan sederhana tanpa rasa kecewa; menjadikan subjek mampu mencapai *self-efficacy* (efikasi diri) yaitu kemampuan dalam mencerminkan keyakinan individu terhadap kemampuannya dalam mengelola dan melaksanakan tindakan yang diperlukan untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan (Alfinuha dan Nuqul, 2017); menjadikan subjek mampu bersikap positif tentang keadaan yang terjadi dan mampu menerima setiap kejadian. Hal ini selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh (Yulikhah dkk., 2019) dan diperkuat oleh penelitian (Waddington, 2023). Subjek mampu menjalani kehidupan penuh dengan keyakinan kuat dengan nilai-nilai positif untuk mendorong rasa penerimaan diri yang baik sehingga mampu mencapai kesejahteraan psikologis.

Selanjutnya akibat kemiskinan ekstrem menghambat pengembangan diri subjek I (IP), membuatnya terfokus pada kekurangan dan merasa tertekan oleh masalah ekonomi yang membatasi potensi untuk mencapai hal yang lebih baik. Selain itu, meskipun subjek II (SF) merasa tidak puas dan terus berusaha belajar, masih ada keraguan dan ketakutan terhadap kegagalan yang dihadapi, ditambah lagi dengan pandangan meremehkan dari teman-temannya terhadap kemajuan yang direncanakan. Begitu juga yang terjadi pada subjek IV (MJ), dampak kemiskinan ekstrem yang dialaminya mengakibatkan kesulitan dalam pengembangan diri, sehingga menghambat usaha untuk mencapai kehidupan yang lebih baik; menjadikan ketiga subjek mengalami *mental block* (hambatan mental) yaitu mencakup kondisi psikologis yang membuat individu mengalami kesulitan dalam berpikir jernih, kehilangan fokus,

dan tantangan dalam menyelesaikan tugas (Heingartner, 2008). Hal ini menjadikan kesulitan dalam mengembangkan kelebihan dan potensi diri secara maksimal; menjadikan ketiga subjek kesulitan dalam mengembangkan kelebihan dan potensi diri. Hal ini sesuai dengan buku yang ditulis oleh Arif (2012) dan diperkuat penelitian yang diteliti oleh (Pinkney, 2025). Berbeda dengan subjek III (SR) berjuang melawan kemiskinan ekstrem dengan semangat berbagi, meski sering merasa direndahkan oleh lingkungan, yang menghambat proses pengembangan dirinya dan subjek V (SM) menunjukkan ketahanan untuk terus berkembang, menjalani kehidupannya sederhana dan positif; menjadikan kedua subjek mencapai *self-development* (pengembangan diri) yaitu kemampuan proses esensial untuk meningkatkan kualitas hidup seseorang dengan menekankan pengembangan potensi dan bakat yang ada (Morss, 2023); sehingga kedua subjek mampu mengembangkan kelebihan dan potensi yang dimiliki. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Orth dan Robins (2014) dan diperkuat buku yang ditulis oleh Magolda (2023); sehingga subjek dapat mencapai dimensi penerimaan diri.

b. Dimensi *Positive relationship* (relasi positif)

Dinamika *psychological well-being* cukup kompleks yang terjadi pada setiap subjek akibat kemiskinan ekstrem. Dampak tersebut sangat memengaruhi kondisi psikologis empat subjek. Subjek I (IP) menghadapi tantangan dalam membangun hubungan sosial, hanya mampu menjalin interaksi terbatas dengan orang-orang di sekitarnya. Selain itu, subjek III (SR) menghadapi tantangan dalam hubungan dengan lingkungan, terutama dengan saudara kandung, yang menyebabkan tekanan dan rasa tidak nyaman akibat pengabaian, sindiran, dan perendahan dari orang-orang di sekitarnya. Begitu juga dengan

subjek IV (MJ) menghadapi kesulitan dalam menjalin hubungan, merasa serba salah, dan enggan berinteraksi, yang membuatnya sering dikecewakan dan terlibat keributan dengan orang di sekitarnya; menjadikan ketiga subjek mengalami *emotionally unavailable* (menarik diri) yaitu kondisi di mana individu tidak dapat atau enggan untuk terlibat secara emosional dalam suatu hubungan, yang dapat mempengaruhi dinamika interpersonal dan kebutuhan emosional dalam relasi tersebut (Field, 1994); menjadikan ketiga subjek kesulitan dalam menjalin hubungan akrab dengan lingkungan sekitar. Hal ini selaras dengan buku yang ditulis oleh Aiyana (2022) dan diperkuat dengan penelitian yang dilakukan oleh Garethamadya dan Nangoi (2024) yang berdampak pada relasi positif sehingga sulit untuk dapat mencapai kesejahteraan psikologis. Berbeda dengan subjek II (SF) justru hidup dalam kemiskinan ekstrem, mereka tetap menjaga hubungan baik, terutama dengan keluarga, dan berusaha untuk berinteraksi positif dengan lingkungan sekitar. Begitu juga dengan subjek V (SM) menunjukkan hubungan yang harmonis dengan lingkungan, keluarga, dan teman-teman, menjalani kehidupan sederhana tanpa masalah interpersonal; menjadikan kedua subjek mampu menjalani *platonic relationship* (hubungan akrab) merupakan kemampuan dalam ikatan yang kuat di antara dua individu yang didasarkan pada berbagi emosi dan komunikasi yang intens, memperkuat kedekatan dan pemahaman satu sama lain (Franco, 2022). Hal ini, sesuai dengan penelitian Heinig (2023) dan diperkuat oleh Ohenewa dan Meyer-Weitz (2025) bahwa hubungan tersebut bersifat persahabatan yang sangat kuat; menjadikan kedua subjek memiliki hubungan akrab terhadap orang lain yang hal tersebut mendorong untuk menciptakan relasi positif untuk mencapai kesejahteraan psikologis.

Kemiskinan ekstrem memberikan banyak dampak dalam mempertahankan hubungan satu sama lain; hanya subjek III (SR) menghadapi tantangan dalam membangun hubungan saling percaya, sehingga kesulitan menemukan teman dekat dan mencari orang yang dapat dipercaya di tengah kesulitan menghadapi perilaku suaminya; menjadikan subjek mengalami *trust issue* (masalah kepercayaan) yaitu kondisi di mana seseorang mengalami kesulitan untuk mempercayai orang lain, yang dapat mempengaruhi hubungan interpersonal dan kesehatan emosional (Rotenberg, 2018). Hal ini menjadikan subjek kesulitan menjalin hubungan saling percaya dengan orang lain; masalah yang terjadi pada subjek III (SR) sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Clément (2020) dan diperkuat penelitina oleh Kuswartanti dkk. (2023) bahwa terjadinya masalah tersebut karena pengalaman buruk, trauma, atau ketidakpercayaan terhadap orang lingkungan sekitar yang menjadikannya terhambat dalam menjalin relasi positif untuk dapat mencapai kesejahteraan psikologis. Berbeda dengan subjek I (IP) mempunyai kemampuan untuk membangun hubungan yang harmonis dengan lingkungan sekitar, dengan saling berbagi pengalaman dan kisah hidup. Kemudian subjek II (SF) menghadapi kemiskinan ekstrem dengan optimisme, meski terkadang menyimpan perasaan. subjek berusaha menjaga kepercayaan dan saling mendukung satu sama lain dalam menghadapi tantangan. Selain itu, subjek IV (MJ) dengan mengandalkan ikatan kepercayaan dengan teman dekat dan suami sebagai cara untuk mengatasi kehidupan yang serba kekurangan, serta menjaga rahasia keluarga. Begitu juga dengan subjek V (SM) berhasil membangun hubungan saling percaya dan keakraban dengan orang-orang di sekitarnya, menerima kehadiran satu sama lain, berbagi kebahagiaan, serta menjaga

penilaian positif dan kerahasiaan. Keempat subjek dapat menjalin hubungan saling percaya yang menjadikan keempat subjek mampu menjalani *mutual trust* (saling percaya) yaitu keadaan yang melibatkan kepercayaan antara individu dalam membangun hubungan yang kokoh dan meningkatkan kerja sama yang efektif (Simpson, 2007). Hal ini selaras dengan penelitian yang diteliti oleh Fitriani (2022) dan diperkuat oleh Aziza dan Nadia (2023) bahwa hubungan kepercayaan ini menjadi dasar dalam membangun hubungan positif dan tercapainya tujuan bersama; menjadikan keempat subjek mampu menjalin relasi positif untuk dapat mencapai kesejahteraan psikologis.

Dampak kemiskinan ekstrem tentunya banyak akibat yang terjadi dalam menjalani kehidupan. Subjek I (IP) menunjukkan ketidakpedulian dan ketidaksenangan terhadap kebahagiaan orang lain, serta mengalami kesulitan dalam menunjukkan kepedulian tersebut. Begitu juga dengan subjek II (SR) berusaha menunjukkan keinginan untuk peduli dan saling mendukung, akan tetapi sering mengalami kekecewaan dan kesulitan setelah membantu orang lain; menjadikan kedua subjek mengalami *anhedonia relationship* (sulit merasa senang) yaitu ketidakmampuan individu untuk merasakan kebahagiaan atau kesenangan dalam berbagai interaksi, yang dapat mempengaruhi kualitas hidup mereka secara keseluruhan (Pizzagalli, 2014); menjadikan kedua subjek tidak mampu bersikap peduli terhadap kebahagiaan orang lain. hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Barkus (2021) dan diperkuat oleh Oktavia dan Setiawan (2024) bahwa dampak *andehonia* dapat menyebabkan kesulitan dalam membangun dan mempertahankan hubungan yang memuaskan sehingga kedua subjek kesulitan dalam menjalin relasi positif yang menghambat tercapainya

kesejahteraan psikologis. Berbeda dengan subjek III (SR) yang mengalami kemiskinan ekstrem berfokus pada membantu orang lain meskipun mengorbankan diri sendiri, yang menyebabkan kesulitan terus-menerus dan menjadikannya menghabiskan waktu sebagian besar di rumah. Selain itu, subjek IV (MJ) meskipun menghadapi kemiskinan ekstrem, akan tetapi subjek menunjukkan kepedulian kepada sesama dan merasakan kebahagiaan ketika melihat orang lain bahagia, sambil berharap untuk merasakan kebahagiaan yang sama. Begitu juga dengan subjek V (SM) menunjukkan antusiasme luar biasa terhadap lingkungan meskipun dalam kondisi ekonomi yang sulit, dengan selalu terlibat dalam kegiatan sosial dan mendukung kebahagiaan orang lain tanpa rasa iri; menjadikan ketiga subjek mampu bersikap peduli terhadap kebahagiaan orang lain dan mampu menjalin *altruisme relationship* (saling peduli) yaitu sikap yang mengutamakan kepentingan dan kebaikan orang lain, menunjukkan pentingnya empati dan solidaritas dalam kehidupan bermasyarakat (Natalia, 2022). Hal ini diperkuat dengan penelitian yang diteliti oleh Kitzrow (2023) dan Rianto (2023) bahwa *alturisme* merupakan sikap kepedulian tinggi yang mendorong seseorang untuk berbagi dan mengorbankan diri untuk kebahagiaan orang lain sehingga ketiga subjek mampu menjalin relasi positif untuk mencapai kesejahteraan psikologis.

Akibat kemiskinan ekstrem tidak menghalangi kelima subjek dalam menjalin hubungan empati, walaupun kelima subjek mengalami kesulitan akibat dampak kemiskinan. Subjek I (IP) menunjukkan kepedulian dan rasa syukur terhadap kepercayaan orang lain, serta siap memberikan solusi dengan sukarela. Kemudian subjek II (SF) sebagai orang miskin ekstrem mengembangkan empati dan kepedulian terhadap sesama, serta

menumbuhkan komitmen untuk saling percaya ketika diberikan kepercayaan oleh orang lain. Selain itu, subjek III (SR) menunjukkan sikap empati dan kepedulian terhadap orang lain dalam kehidupan sehari-hari, dengan berusaha saling berbagi dan memahami kondisi yang dialami oleh sesama. Begitu juga dengan subjek IV (MJ) menunjukkan perhatian dan empati kepada orang lain dengan memberikan bantuan dan saran, meskipun harus meminta izin suami dan merasa terbebani oleh rahasia yang diceritakan orang lain. Demikian juga dengan subjek V (SM) memiliki peran penting dalam memberikan bantuan kepada orang-orang yang membutuhkan, termasuk menolong tetangga yang tidak mampu menyediakan uang saku untuk anaknya menuju sekolah. Kelima subjek mampu menjalin hubungan *empathy relationship* (saling timbang rasa) yaitu merupakan kemampuan penting yang memungkinkan individu untuk memahami dan merasakan pikiran, emosi, serta pengalaman orang lain, memperkuat hubungan interpersonal dan menciptakan ikatan yang lebih dalam dalam masyarakat (Elliott dkk., 2011). Hal ini selaras dengan penelitian oleh Fadli (2022) dan diperkuat oleh Ferguson dan Wimmer (2023) bahwa sikap empati melibatkan dan menempatkan diri pada posisi orang lain dan merasakan apa yang seharusnya dirasakan yang menjadikan munculnya dalam menjalin relasi positif untuk dapat mencapai kesejahteraan psikologis.

Selanjutnya, tidak hanya aspek saling memberikan empati dalam menjalin relasi positif yang terpenuhi oleh kelima subjek. Demikian juga dengan aspek saling memberikan kasih sayang walaupun terdampak kemiskinan ekstrem tidak menjadi hambatan untuk kelima subjek dalam memaksimalkan upaya menjalin relasi positif. Subjek I (IP) memiliki kasih sayang yang besar terhadap anak-anaknya dan orang yang peduli kepada

mereka, namun menghadapi kesulitan emosional akibat ketidakmampuan menerima keadaan dan pengalaman direndahkan oleh orang lain. Kemiskinan ekstrem yang di alami subjek II (SF) mendorong untuk mencari kasih sayang dan menghargai keluarga, yang dianggap sebagai sumber harga diri yang penting. Kemudian subjek III (SR) menunjukkan kasih sayang yang mendalam dengan berkorban untuk anak-anaknya demi pendidikan mereka, sekaligus menghindari konflik dan menjaga martabat keluarga meskipun dalam keadaan sulit. Selain itu, subjek IV (MJ) menunjukkan dedikasi tinggi dan pengorbanan untuk orang terkasih, terutama keluarga, yang selalu memberikan dukungan emosional meskipun menghadapi rasa sakit akibat penilaian negatif dari orang lain. Begitu juga dengan subjek V (SM) menunjukkan sikap pengorbanan yang tinggi terhadap keluarga, tetap mencintai mereka meskipun menghadapi kesulitan. Kelima subjek mampu memberikan kasih sayang kepada orang lain sehingga kelima subjek mampu menjalin hubungan *affection relationship* (saling kasih sayang) adalah hubungan yang terjalin melalui suka, perhatian, dan kasih sayang yang saling bertukar, menciptakan ikatan yang kuat antara individu (Reis dan Gable, 2003). Hal ini diperkuat oleh penelitian yang diteliti oleh Floyd dkk. (2023) dan Correa (2024) bahwa hubungan kasih sayang hubungan yang mengedepankan persahabatan dan hubungan kekeluargaan sehingga kelima subjek mampu menjalin relasi positif untuk mendorong tercapainya kesejahteraan psikologi.

Dampak dari akibat kemiskinan ekstrem sangat kompleks sehingga perubahan dalam kultur psikologis sangat cepat; dari terbentuknya rasa peduli dan empati tidak cukup untuk yang terdampak kemiskinan ekstrem rasakan; dan itu terjadi pada ketiga subjek. Subjek I (IP) mengalami kesulitan dalam interaksi

sosial, sering merasa kecewa dan trauma, tetapi tetap berusaha untuk bersikap baik terhadap orang lain. Begitu juga dengan subjek II (SF) mengalami dampak negatif dari kemiskinan ekstrem yang menyebabkan rasa takut dan kekecewaan akibat seringnya pengkhianatan dan pemanfaatan oleh orang lain. Selain itu, dampak kemiskinan ekstrem membawa trauma emosional bagi subjek III (SR), yang mengalami ejekan dan penolakan. Hal ini mengakibatkan ketakutan dalam berinteraksi, terutama dengan saudaranya, dan menghambat kemampuannya untuk membangun kepercayaan dan hubungan sosial yang sehat. Ketiga subjek mengalami *traumatic relationship* dan *social isolation* dampak dari kemiskinan ekstrem. *Traumatic relationship* (hubungan trauma) merupakan interaksi yang dapat menimbulkan atau memperburuk kondisi psikologis bagi salah satu atau kedua individu yang terlibat (Harvey dan Miller, 2000). Hal ini terjadi kepada kedua subjek I (IP) dan subjek II (SF); dampak tersebut menjadikan kedua subjek kesulitan dalam menjalin hubungan timbal balik terhadap orang lain, dan masalah tersebut dijelaskan dalam buku yang ditulis oleh Ruglass dan Kendall-Tackett (2014) dan diperkuat dengan penelitian Janoff-Bulman dan Berger (2021) bahwa trauma dalam hubungan bisa terjadi akibat emosional atau pengabaian yang berulang. Berbeda dengan subjek III (SR), justru subjek menarik diri dari sosial lingkungannya, yang menjadikan subjek mengalami *social isolation* (isolasi sosial) yaitu situasi di mana individu merasa terasing dari lingkungan sosial, mengalami kurangnya interaksi, dan memiliki hubungan sosial yang tidak memuaskan (Cacioppo dkk., 2015). Hal ini selaras dengan penjelasan yang terdapat dalam bukunya Coplan dkk. (2021) dan diperkuat oleh penelitian Holt-Lunstad dan Steptoe (2022) bahwa dampak mengisolasi diri dari sosial menjadikan

kurangnya keterlibatan dengan orang lain dan tidak memiliki hubungan yang bermakna. subjek III (SR) kesulitan dalam menjalin relasi positif yang menghambat untuk mencapai kesejahteraan psikologis. Dampak kemiskinan ekstrem tidak menghambat subjek IV (MJ) dan subjek V (SM). Subjek IV (MJ) menunjukkan usaha untuk saling memahami dan mendukung satu sama lain, tetapi enggan menjalin hubungan lebih dekat setelah dikhianati, sementara tetap berkomitmen untuk memaafkan kesalahan orang lain. Begitu juga dengan subjek V (SM) menunjukkan ketahanan dan sikap positif meski menghadapi penghinaan, dengan selalu membalas kebaikan dan menjalin hubungan yang saling percaya dalam kehidupannya sebagai keluarga miskin ekstrem; menjadikan kedua subjek mampu menjalin hubungan timbal balik dan mencapai hubungan *reciprocal relationship* (saling timbal balik) yaitu hubungan yang melibatkan pertukaran antara dua pihak dengan tujuan saling menguntungkan (Rothman dan Salovey, 2007). Hal ini selaras dengan penelitian yang diteliti oleh Joshanloo (2023) dan diperkuat oleh penelitian Lyons (2024) bahwa setiap orang dalam hubungan tersebut merasa diperhatikan dan didukung oleh pihak lain. Dengan demikian, kedua subjek IV (MJ) dan subjek V (SM) mampu menjalin relasi positif untuk dapat mencapai kesejahteraan psikologis.

c. *Psychological well-being* perspektif Islam

a. Perspektif Sufisme

Dinamika *psychological well-being* sangat kompleks yang terjadi pada setiap subjek akibat kemiskinan ekstrem. Selain itu, terdapat juga dinamika *psychological well-being* secara perspektif sufisme. Akan tetapi dari kelima subjek hanya satu subjek yang mampu mencapai *psychological well-being* dan diperkuat pencapaian tersebut dengan perspektif tasawuf atau

sufisme. Subjek V (SM) mengalami kemiskinan sejak dari kecil. Hal itu yang menjadikan subjek tidak merasa terbebani dan tertekan akibat dampak kemiskinan ekstrem yang dialaminya. Subjek V (SM) merasakan *nikmat ukhrawiyah* yaitu memiliki keyakinan dan kesadaran penuh atas balasan akhirat, hal itu subjek tujukkan dengan melakukan amal kebaikan seperti bersedekah untuk pembangunan masjid dan mushola serta kegiatan keagamaan; lalu subjek V (SM) merasakan *nikmat nafsiyah* yaitu memahami segala kekurangan dan keterbatasan dirinya yang menjadikan subjek menerima keadaan yang terjadi seperti sabar, tabah dan *qona'ah*; lalu subjek V (SM) merasakan *nikmat badaniyah* yaitu mengambil secara cukup untuk kebutuhan hidup, ketika ada rejeki lebih subjek simpan untuk kebutuhan orang yang membutuhkan bantuan seperti berbagi rejeki, berbagi hasil bumi dan hasil ternak; kemudian subjek V (SM) merasakan nikmat *kharijah* yaitu memahami kebutuhan fisik untuk tidak mengforsir badan untuk ambisi mengejar dunia seperti mengatur jadwal kerja dan beribadah, beristirahat penuh ketika sakit; selain itu, subjek V (SM) merasakan *nikmat taufiqiyah* yaitu memahami bahwa Allah SWT adil terhadap makhluk-Nya dan subjek tidak pernah khawatir tentang *rizqi* yang Allah SWT berikan kepadanya (Al-Ghazali, 1111a). Hal ini selaras dengan penelitian Maslahat (2022) dan diperkuat oleh penelitian Hurin'in dan Soleh (2023) bahwa kebahagiaan dalam konsep al-Ghazali terbagi menjadi tiga yaitu mengenali diri sendiri, menempatkan hati sebagai pemimpin, mengenali Allah SWT sehingga mampu mencapai ma'rifat kepada Allah SWT. Kerja sama tersebut untuk meningkatkan kesejahteraan dengan dimensi *self-acceptance* dan *positive relationship* sehingga mencapai *psychological well-being*.

b. Perspektif Al-Qur'an

Dinamika *psychological well-being* tidak hanya secara Tasawuf/Sufisme, begitu juga secara perspektif al-Qur'an. Dampak kemiskinan ekstrem tidak menjadikan subjek V (SM) terbelunggu dalam kerugian justru subjek mampu mencapai keberuntungan yang secara makna al-Qur'an ialah *falaha/aflaha* yang memberikan arti keberuntungan atau kebahagiaan. Penderitaan yang dialami subjek menuntun untuk dapat terus optimis sehingga subjek dikategorikan orang yang beruntung yang dijelaskan dalam QS. al-Mu'minun ayat 1-3 yang berbunyi: "*Sungguh, beruntunglah orang-orang mukmin, (yaitu) orang-orang yang khusyuk dalam shalatnya. Dan orang-orang yang meninggalkan (perbuatan dan perkataan) yang tidak berguna*". Subjek V (SM) mampu mengelola hati tanpa memikirkan problem apapun. Selain itu, subjek mampu konsentrasi yaitu memutaskan fungsi jiwa dengan melakukan hal-hal yang positif dan mampu mengendalikan diri dengan menerapkan etika dan moral sosial sehingga subjek mampu menjalin hubungan baik dengan lingkungan sekitar. Dengan demikian subjek dikategorikan sebagai orang yang beruntung yang dijelaskan dalam QS. al-A'la ayat 14 yang berbunyi; "*Sungguh, beruntung orang yang membersihkan diri (bersih lahir-batinnya dari kekafiran)*". Subjek V (SM) mampu membersihkan jiwa lahir dan batin yaitu kesadaran diri dengan bersikap positif pada diri sendiri yang menjadikan subjek mampu mencapai *self-acceptance*. Selain itu, subjek dalam menjalin hubungan mampu menunjukkan *positive relationship* dengan menerapkan kewaspadaan dini yaitu tidak menghiraukan stigma buruk masyarakat terhadap kemiskinan ekstrem yang dialaminya sehingga subjek mencapai *psychological well-being*.

Kemudian Subjek V (SM) mampu mencapai kebersihan hati dengan menerapkan *positive relationship* seperti; saling menghargai satu sama lain tidak melakukan hubungan *toxic* atau saling menghina satu sama lain. Hal tersebut membuktikan bahwa subjek dikategorikan sebagai orang yang beruntung yang dijelaskan pada QS. asy-Syams ayat 9 yang berbunyi; “*Sungguh, beruntung orang yang bersih jiwanya.*” Dengan demikian subjek V (SM) mampu mencapai *psychological well-being*. Hal ini selaras dengan penelitian Hamdan (2016) dan diperkuat oleh penelitian Cahyanti dkk. (2024) dan penelitian Alim dkk. (2024) bahwa al-Qur’an meliputi kata *al-falah* (sejahtera dalam hidup) menganjurkan pemahaman holistik tentang kesejahteraan yang menekankan dimensi spiritual sebagai fondasi inti untuk menyelaraskan kesejahteraan psikologis yang inklusif. Selain itu, relasi positif juga dikaitkan dengan peran mencapai *falah* (kemakmuran spiritual) untuk mendorong kemakmuran bersama yang kondusif bagi kesejahteraan individu.

Subjek V (SM) dikategorikan sebagai orang yang beruntung menjadikan subjek mencapai ketenangan jiwa yang dijelaskan dalam QS.ar-Ra’du ayat 28 yang berbunyi; “*(yaitu) orang-orang yang beriman, hati mereka akan merasa tenang saat mengingat Allah. Ingatlah, dengan hanya mengingat Allah hati dapat mencapai ketentraman.*” Hal tersebut selaras dengan penelitian Indriani dkk. (2024) bahwa dzikir atau mengingat hal yang positif mampu memberikan ketenangan, kedamaian, dan ketentraman hati sebagai penenang jiwa. Kemudian diperkuat oleh Husna dkk. (2025) menjelaskan terkait QS. al-Fajr ayat 27 bahwa dzikir dapat membentuk jalur saraf baru yang berkaitan dengan konsentrasi, pengendalian emosi, dan peningkatan kemampuan kognitif.

d. *Psychological well-being* perspektif Kejawen

Kemiskinan ekstrem tidak menjadikan subjek V (SM) mengalami masalah psikologis. Subjek V (SM) mampu mencapai kesadaran diri akan kesulitan dan kesusahan akibat kemiskinan ekstrem yang dialaminya dengan memenuhi prinsip *kawruh begjo* dengan menggunakan 6 konsep “*Sa*” yang meliputi; *sak butuhe* atau sesuai kebutuhan, hal tersebut subjek tunjukkan dalam mencari kebutuhan hidup hanya secukupnya saja; *sak perlune* atau sesuai kepentingan, hal tersebut subjek tunjukkan dalam menjalin relasi dengan lingkungan sekitar dalam berinteraksi menggunakan etika dan moral; *sak cukupe* atau sesuai kemampuan, hal tersebut subjek tunjukkan dalam menjalani kehidupan sehari-hari tidak pernah memaksakan yang tidak mampu subjek lakukan; *sak benere* atau sesuai kebenaran, hal ini terlihat dalam keseharian subjek dalam menjalani kehidupan bahwa subjek tidak pernah melakukan yang melanggar norma sosial kemasyarakatan; *sak mestine* atau sesuai norma dan etika, hal ini subjek dalam menjalankan kehidupan baik di lingkungan pekerjaan atau lingkungan saat ada kegiatan kemasyarakatan tidak pernah berbuat yang melanggar secara hukum dan tidak pernah merugikan orang lain; kemudian *sak penake* atau sesuai kenyamanan, hal tersebut subjek merasa nyaman dengan kehidupan sehari-hari walaupun subjek terdampak sebagai keluarga miskin ekstrem. Hal tersebut sesuai dengan penelitian Finayanti dan Anggriana (2021) dan diperkuat oleh penelitian Peristianto dkk. (2025) bahwa rasa senang dan susah adalah dua hal yang saling bergantian dan selalu ada dalam kehidupan karena subjek V (SM) mampu memiliki sikap *self-awareness*, *empathy* dan *self-mindfulness* yang merupakan aspek dari dimensi *self-acceptance* dan *positive relationship* sehingga mencapai *psychological well-being*.

e. ***Psychological well-being* berdasarkan Demografis**

Dinamika subjek kemiskinan ekstrem untuk mencapai *psychological well-being* sangat beragam. Karena itu, perlu dilakukan pendalaman secara demografis terutama dari aspek usia yang hal tersebut sangat memengaruhi pendewasaan setiap subjek dalam menjalani tantangan hidup. Subjek I (IP) berusia 25 tahun mengalami kemiskinan ekstrem yang berdampak pada hubungan dengan orang lain sehingga subjek kesulitan menjalin hubungan akrab, saling peduli, dan trauma sosial. Lalu subjek II (SF) berusia 28 tahun mengalami kemiskinan ekstrem. Dampak tersebut menjadikan subjek mengalami kesulitan berhubungan dengan orang lain seperti; kesulitan menjalin hubungan saling peduli dan mengalami trauma sosial. Kemudian subjek III (SR) berusia 35 tahun mengalami dampak kemiskinan ekstrem yang menjadikan subjek kesulitan dalam menjalin hubungan baik dengan orang lain sehingga subjek kesulitan menjalin hubungan akrab, saling percaya dan mengisolasi diri. Selain itu, subjek IV (MJ) berusia 37 tahun mengamali dampak kemiskinan ekstrem menjadikan subjek kesulitan menjalin hubungan positif dengan orang lain, subjek hanya kesulitan menjalin hubungan akrab sehingga subjek menarik diri dari sosial. Keempat subjek masuk dalam kategori dewasa muda dengan rentan usia 18-40 tahun, dimana pada usia tersebut seseorang berfokus mencari hubungan yang akrab dengan orang lain. Dalam tahap ini menurut Erikson (1963) menghasilkan hubungan yang memuaskan, sementara ketika gagal menjalin relasi maka dapat menyebabkan rasa kesepian serta mengisolasi diri. Hal ini selaras dengan penelitian Sarang dkk. (2019) dan diperkuat oleh penelitian Kamilla dkk. (2022) bahwa perkembangan psikososial menuntun individu memiliki hubungan yang baik dengan orang lain sehingga berdampak positif pada kesejahteraan psikologis.

Berbeda dengan subjek V (SM) berusia 47 tahun walaupun mengalami kemiskinan ekstrem tidak memberikan dampak signifikan, hal tersebut tidak menjadikan subjek kesulitan dalam menjalin hubungan baik dengan orang lain. Subjek mampu menjalin hubungan akrab, saling percaya, saling peduli, saling timbang rasa, saling menunjukkan kasih sayang, dan saling memberikan timbal balik kepada orang lain. subjek masuk dalam kategori dewasa dengan rentan usia 40-65 tahun, dimana pada usia tersebut semangat untuk membantu generasi muda dalam mengembangkan dan menjalani hidup agar lebih berguna dan pada usia ini sering mengorbankan kebutuhan-kebutuhan diri mereka sendiri. Selain itu, pada tahapan ini harus mengatasi godaan untuk memuaskan diri sendiri yang hanya akan mengarah kepada stagnasi tidak produktif. Apabila mereka dapat mengatasi konflik ini secara positif, mereka akan mengembangkan kemampuan untuk memperhatikan generasi muda (Nantais dan Stack, 2017). Hal ini sesuai dengan buku yang ditulis oleh Page (2018) dan diperkuat oleh Erikson (1959) bahwa seseorang dengan usia dewasa yang tidak menikah dan tidak memiliki keturunan dapat mengembangkan semangat berbagi dan perhatian mereka. Contohnya dalam agama katolik adalah para biarawati dan pastor yang mampu mengasuh anak rohani mereka; seperti orang lain yang mengaplikasikan kemampuan istimewa mereka di bidang lain. Dengan demikian, orang-orang yang seperti ini dapat mengajar dan menuntun generasi selanjutnya dengan membimbing anak orang lain atau membantu menciptakan dunia yang lebih baik bagi mereka.

Selain itu, aspek usia dari faktor demografis terdapat juga penjelasan secara perspektif sufisme oleh Al-Ghazali (1111c) bahwa seseorang atau *saalik* yang sudah berusia 23-35 tahun maka masuk pada fase *tawaqul 'alallah fii maudhi' rizqi* yaitu tawakal terhadap tempat mencari rezeki atau nafkah apapun keadaanya tetap dijalani. Hal ini terjadi pada subjek I (IP), subjek II (SF), dan subjek III (SR) karena ketidakmampuan mereka pada fase tersebut sehingga yang mereka keluhkan berkaitan dengan kesulitan diri dan finansial. Lalu pada usia 35-45 tahun masuk pada fase *tafwidh fii maudhi' khotthri* yaitu menerima segala keadaan dengan lapang dada tanpa menyalahkan siapapun. Hal ini terjadi pada subjek VI (MJ), ketidakmampuan subjek menerima keadaan sehingga subjek menarik diri dari lingkungan sekitar. Kemudian pada usia 45-55 tahun pada fase *sobri 'inda nuzulisy syadaid* yaitu bersabar ketika menghadapi segala kesulitan dan kepedihan. Hal ini terjadi pada subjek V (SM), kemampuan subjek dalam bersabar setiap kesulitan dan kepedihan yang subjek lalui menjadikan subjek mampu mencapai kebahagiaan. Hal ini sesuai dengan penelitian oleh Wahyudi (2020) bahwa terdapat empat nilai tasawuf yang mempengaruhi kondisi kesejahteraan psikologis, yaitu ajaran zuhud, tawakal, khauf, dan mahabbah. Ajaran-ajaran tasawuf seperti zuhud, tawakal, khauf, mahabbah juga menjadi media sebagai konseling sufistik.

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, peneliti menemukan hanya satu subjek yang mencapai *psychological well-being* dan peneliti menguatkan hasil pembahasan dari aspek-aspek dimensi *self-acceptance* dan *positive relationship* yang sangat berkaitan erat dengan konsep *psychological well-being*. Hasil menunjukkan hanya subjek V (SM) yang mencapai *psychological well-being* karena mampu memenuhi aspek-aspek dari dimensi *self-acceptance* sehingga subjek mencapai *self-awareness* atau kesadaran diri. Dengan *self-awareness* yang baik, bisa mendorong perubahan positif dalam hidup dan menjadi versi terbaik dari diri sendiri (Gitonga dkk., 2024), *self-compassion* atau belas kasih diri. Dengan *self-compassion*, bisa meningkatkan kesejahteraan emosional dan merasa lebih baik tentang diri sendiri (Aslanyürek dan Demircioğlu, 2024), *self-kindness* atau kebaikan diri. Dengan *self-kindness*, bisa meningkatkan harga diri dan merasa lebih bahagia (Naclerio dkk., 2024), *self-mindfulness* atau perhatian penuh diri. Dengan *self-mindfulness*, bisa mengurangi stres, meningkatkan konsentrasi, dan merasa lebih tenang (Yousefi Afrashteh dan Hasani, 2022), *self-efficacy* atau efikasi diri. Dengan *self-efficacy* yang kuat, bisa mencapai lebih banyak dan merasa lebih percaya diri (Trajković dkk., 2023) dan *self-development* atau pengembangan diri. Dengan *self-development*, bisa menjadi versi terbaik dari diri sendiri dan mencapai potensi penuh (Ashimkhanova dkk., 2025) dan subjek V (SM) mampu memenuhi aspek-aspek dari dimensi *positive relationship* sehingga subjek mencapai *platonic relationship* atau hubungan akrab. Dalam hubungan platonis, kedua belah pihak saling menghargai dan mendukung satu sama lain tanpa adanya ekspektasi romantis (Hobbs, 2024), *mutual trust* atau hubungan saling percaya. Dengan *mutual trust*, hubungan menjadi lebih kuat, stabil, dan harmonis (Zhao dkk., 2024), *altruism relationship* atau hubungan saling

peduli. *Altruisme* dapat memperkuat hubungan dan meningkatkan kepuasan hidup (Lahun, 2025), *empathy relationship* atau hubungan timbang rasa. Dengan empati, hubungan menjadi lebih dekat dan harmonis (Guamanga dkk., 2025), *affection relationship* atau hubungan kasih sayang. Dengan kasih sayang, hubungan menjadi lebih hangat dan intim (Clements dkk., 2025) dan *reciprocal relationship* atau hubungan timbal balik. Dengan hubungan timbal balik, kedua belah pihak merasa dihargai dan dipenuhi (Joshnloo, 2023). Meskipun hanya terdapat satu subjek yang mampu mencapainya, tidak dapat dipungkiri karena dampak dari kemiskinan ekstrem sangat memengaruhi keadaan psikologis. Meski begitu, keempat subjek sudah berusaha untuk dapat memenuhi aspek-aspek dari dimensi *self-acceptance* dan *positive relationship*. Akan tetapi, keempat subjek tidak mampu memenuhi aspek-aspek dari kedua dimensi tersebut; menjadikan keempat subjek tidak dapat mencapai *psychological well-being*. Hal tersebut sesuai dengan penelitian oleh Irianto dan Ardilla (2021) dan diperkuat oleh Putri dkk. (2023) serta Zulkifli dan Hamzah (2024) bahwa seseorang yang tidak mampu memenuhi dimensi dasar *psychological well-being* akan lebih cenderung mengalami kesulitan dan kesusahan untuk dapat merasakan bahagia, meskipun ada beberapa keluarga miskin yang tetap merasakan kebahagiaan dalam hidup mereka. Kemudian dengan *psychological well-being* yang baik, bisa merasa lebih bahagia, lebih produktif, dan lebih mampu menghadapi tantangan hidup dan peran penting spiritualitas baik secara vertikal (hubungan dengan Tuhan) seperti *patience* (kesabaran) dan *fortitude* (ketabahan) maupun horizontal (hubungan manusia dengan diri sendiri, manusia yang lain, dan lingkungan) seperti *appreciation* (saling menghargai) dan *mutual respect* (saling menghormati) merupakan elemen kunci untuk dapat mencapai *psychological well-being* (Koburtay dkk., 2022).

Dengan demikian, hasil pada penelitian dan pembahasan diperoleh gambaran mengenai dinamika *psychological well-being* pada subjek keluarga miskin ekstrem sebagai berikut:

1. Subjek I (IP)

Subjek mengalami masalah kemiskinan ekstrem secara signifikan menghambat sikap positif, penerimaan, dan pengendalian diri. Subjek menghadapi berbagai tantangan dalam hubungan sosial dan emosional menjadikan subjek kesulitan mencapai kesejahteraan psikologis karena tidak mampu memenuhi aspek dari dimensi *self-acceptance* dan *positive relationship*. Meskipun demikian, subjek berusaha memberikan kasih sayang, terutama untuk anak-anaknya.

2. Subjek II (SF)

Subjek menghadapi tantangan emosional akibat kemiskinan ekstrem, berusaha optimis meskipun tertekan oleh rasa takut gagal dan lingkungan sosialnya yang menjadikan subjek kesulitan untuk dapat mencapai kesejahteraan psikologis karena aspek dari dimensi *self-acceptance* dan *positive relationship* tidak terpenuhi. Meskipun demikian, subjek tetap menjaga hubungan baik dengan keluarga, serta memelihara komitmen saling percaya dan kepedulian terhadap orang lain.

3. Subjek III (SR)

Subjek dalam menghadapi kemiskinan ekstrem mengalami tekanan sosial dan psikologis terutama dari saudara dan perilaku negatif suaminya, berusaha untuk berbagi dan mempertahankan hubungan kasih sayang. Meskipun demikian, subjek mengalami trauma dan kesulitan menjalin kepercayaan dengan lingkungan sekitarnya yang menjadikan subjek tidak mampu mencapai kesejahteraan psikologis karena aspek dari dimensi *self-acceptance* dan *positive relationship* tidak terpenuhi.

4. Subjek IV (MJ)

Subjek mengalami kesulitan emosional dan hubungan sosial akibat kemiskinan ekstrem serta melampiaskan amarah. Meskipun demikian, subjek tetap berkomitmen untuk menjalin kepercayaan dan memberikan perhatian kepada orang lain, terutama suami dan anak-anak, meskipun sering merasa kecewa sehingga subjek sulit mencapai kesejahteraan psikologis karena aspek dari dimensi *self-acceptance* dan *positive relationship* tidak terpenuhi dengan baik.

5. Subjek V (SM)

Subjek menunjukkan sikap penerimaan diri yang luar biasa dalam menghadapi kehidupan miskin ekstrem, dengan sikap optimis dan hubungan positif dengan lingkungan serta dedikasi untuk membantu orang lain, menjaga nilai-nilai kepercayaan dan kebersamaan sehingga subjek mampu menghargai dan menghormati antarsesama meskipun dalam keadaan kesulitan. Akan tetapi subjek mampu mencapai kesejahteraan psikologis karena aspek dari dimensi *self-acceptance* dan *positive relationship* terpenuhi dengan sangat baik.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah disajikan oleh peneliti pada pembahasan sebelumnya; bahwa dari kelima subjek dari keluarga miskin ekstrem di wilayah Kecamatan Randudongkal Kabupaten Pemalang hanya satu subjek yang mencapai kesejahteraan psikologis sangat baik karena dimensi penerimaan diri dan relasi positif dapat terpenuhi dengan sangat baik. Kesejahteraan psikologis pada subjek V (SM) ditandai dengan sikap positif dan menerima segala kekurangan, mampu bersikap positif terhadap kejadian masa lalu dan masa kini, mampu mengembangkan potensi diri dan bersikap positif terhadap setiap keadaan yang merupakan aspek dari dimensi penerimaan diri. Kemudian kesejahteraan psikologis subjek V (SM) ditandai dengan sikap mampu menjalin hubungan akrab dan menjalin hubungan saling percaya, mampu menjalin hubungan saling peduli dan timbang rasa, mampu menjalin kasih sayang dan menjalin hubungan timbal balik yang merupakan aspek dari dimensi relasi positif. Selain itu, dari perspektif sufisme subjek V (SM) mencapai tingkat *sa'adah* atau merasakan bahagia. Kemudian dari perspektif al-Qur'an subjek V (SM) sebagai *faalaha* atau orang yang beruntung. Sedangkan dalam perspektif kejawen atau kearifan lokal Jawa subjek V (SM) mencapai *karwuh begjo* sebagai konsep kebahagiaan dalam budaya orang Jawa.

Dalam penelitian ini, tentunya terdapat suatu keterbatasan mengingat peneliti yang masih pada tahap awal dalam melakukan penelitian besar seperti skripsi ini. Keterbatasan peneliti adalah mengenai proses penggalan data, menentukan istilah psikologi setiap temuan dan eksplorasi teori serta pendalaman aspek dari setiap dimensi yang sudah ditentukan. Peneliti menyadari masih banyak dimensi dan aspek-aspek penting dari dimensi lainnya yang belum terungkap dalam penelitian ini untuk memperkaya temuan psikologinya.

B. Saran

Terdapat beberapa saran dari peneliti guna keberlanjutan penelitian yang lebih baik, meliputi:

1. Bagi Keluarga Miskin Ekstrem

Dalam kehidupan tidak ada yang terlalu cepat ataupun lambat, setiap orang memiliki garis masa yang berbeda. Maka dari itu, nikmati segala proses yang terjadi; jalani dengan nilai-nilai yang positif dan afirmasi positif, karena proses yang sedang dijalani adalah impian bagi mereka yang terjebak kehidupan stagnasi atau disibukkan hal yang sia-sia.

2. Bagi Pemerintah Daerah

Memberikan dukungan psikologis yang lebih baik untuk menciptakan suasana yang penuh dengan kasih sayang sehingga mampu menjalani kehidupan generativitas atau mewarisi keilmuan.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Dalam melakukan penelitian tentang *psychological well-being* atau kesejahteraan psikologis secara lebih kompleks mengenai dimensi dan faktor-faktor yang dapat menyumbang proses tercapainya *psychological well-being* pada keluarga miskin ekstrem untuk lebih mengetahui bagaimana dinamika psikologisnya secara lebih luas dan lengkap.

DAFTAR PUSTAKA

- AA, A. L. (2015). *Kesejahteraan Psikologis Masyarakat Miskin Penerima Program Rehab Rumah Tidak Layak Huni (RRTLH) Di Kabupaten Sidoarjo*. Universitas Airlangga.
- Abdussamad, Z. (2022). *Buku Metode Penelitian Kualitatif*.
- Ackrill, J. L. (1980). *Aristotle on eudaimonia*. na.
- Adji, T. P. (2024). Desain Penelitian Kualitatif. *Metode Penelitian Kualitatif*, 27.
- Adler, A. (2014). Individual psychology. In *An introduction to theories of personality* (pp. 83–105). Psychology Press.
- Adlini, M. N., Dinda, A. H., Yulinda, S., Chotimah, O., & Merliyana, S. J. (2022). Metode penelitian kualitatif studi pustaka. *Jurnal Edumaspul*, 6(1), 974–980.
- Afif, A. (2019). *Rasio sebagai pedoman, rasa sebagai acuan: konseptualisasi dan aktualisasi filsafat kawruh jiwa Ki Ageng Suryomentaram*.
- Aiyana, S. (2022). *Becoming the one: Heal your past, transform your relationship patterns, and come home to yourself*. Chronicle Books.
- Al-Bantani, N. (1897). *Marah Labid Li Kasyfi Ma'na Qur'an Majid*. Beirut: Dar al-Kutub al-'Ilmiyyah.
- Al-Bukhari, M. (870). *Sahih al-bukhari*. Beirut: Dar al-Kutub al-'Ilmiyyah.
- Al-Fayruz'Abadi, M. A.-D. (1414). *al-Qamus al-Muhit*. Beirut: Dar al-Kutub al-'Ilmiyyah.
- Al-Ghazali. (1111a). *Kimiyaus Sa 'adah*. Beirut: Dar al-Kutub al-'Ilmiyyah.
- Al-Ghazali, I. (1111b). *Ihya ' Ulumuddin Juz 4*. Beirut: Dar al-Kutub al-'Ilmiyyah.
- Al-Ghazali, I. (1111c). *Minhajul Abidin*. Beirut: Dar al-Kutub al-'Ilmiyyah.
- Al-Jauzi, I. (1201). *al- 'Ilal al-Mutanahiyah*. Beirut: Dar al-Kutub al-'Ilmiyyah.
- Alfinuha dan Nuqul. (2017). Bahagia dalam meraih cita-cita: Kesejahteraan subjektif mahasiswa teknik arsitektur ditinjau dari regulasi emosi dan efikasi diri. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 2(1), 12–28.
- Alim dkk. (2024). Beyond Material Wealth: A Conceptual Analysis of Well-being Terminology in the Quran. *Journal of Islamic Economics Literatures*, 5(2).
- Ardila dkk. (2020). Tingkat Psychological Well-Being Keluarga Miskin Kota Padang. *Jurnal Socius: Journal of Sociology Research and Education*, 7(1), 13–22.

- Arif, A. (2012). *Rahasia Menghancurkan Mental Block*. GUEPEDIA.
- Ashimkhanova dkk. (2025). Personal Development and Psychological Well-Being: A Comparative Analysis of Internasional and Kazakhstani Experience. *Известия. Серия: Педагогические Науки*, 76(1).
- Aslanyürek dan Demircioğlu. (2024). The predictive roles of self-compassion, mental toughness and emotional-psychological well-being on aggressive behaviors of adolescents at low socioeconomic level. *Current Psychology*, 43(34), 27649–27663.
- Aziza dan Nadia. (2023). Trust in management, change resistance and work engagement on startup employees in Indonesia. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 11(2), 119–125.
- Baihaqi, I. (1066). *Syu'abul Iman*. Beirut: Dar al-Kutub al-'Ilmiyyah.
- Barkus, E. (2021). The effects of anhedonia in social context. *Current Behavioral Neuroscience Reports*, 8, 77–89.
- Baumeister, R. F. (2010). The self. *Advanced Social Psychology: The State of the Science*, 139–175.
- Cacioppo dkk. (2015). The neuroendocrinology of social isolation. *Annual Review of Psychology*, 66(1), 733–767.
- Cahyanti dkk. (2024). How Islamic Social Finance Boosts Psychological Well-Being? *Share: Jurnal Ekonomi Dan Keuangan Islam*, 13(2), 415–437.
- Clément, F. (2020). Trust: Perspectives in psychology. In *The Routledge handbook of trust and philosophy* (pp. 205–213). Routledge.
- Clements dkk. (2025). *Psychological Well-Being as a Function of Affectionate Communication*.
- Coplan dkk. (2021). *The handbook of solitude: Psychological perspectives on social isolation, social withdrawal, and being alone*. John Wiley & Sons.
- Corrêa, C. G. L. (2024). The relation between affection and cognition: theoretical perspectives. *Psicologia Escolar e Educacional*, 28, e257346.
- Creswell, J. W. (2017). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches*. Sage publications.
- Creswell, J. W. (2019). *Research design: Pendekatan metode kualitatif, kuantitatif dan campuran*.
- Daud, I. A. (899). *Sunah Abu Dawud*. Beirut: Dar al-Kutub al-'Ilmiyyah.

- Doblhammer dkk. (2009). A systematic literature review of studies analyzing the effects of sex, age, education, marital status, obesity, and smoking on health transitions. *Demographic Research*, 20, 37–64.
- Dohrenwend, B. S. (1978). Social stress and community psychology. *American Journal of Community Psychology*, 6(1), 1.
- Elliott dkk. (2011). Empathy. *Psychotherapy*, 48(1), 43.
- Erikson, E. (1959). Theory of identity development. *E. Erikson, Identity and the Life Cycle*. Nueva York: International Universities Press. Obtenido de [Http://Childdevpsychology.Yolasite.Com/Resources/Theory% 20of% 20ident Ity% 20erikson. Pdf](http://Childdevpsychology.Yolasite.Com/Resources/Theory%20of%20identity%20erikson.Pdf).
- Erikson, E. H. (1963). *Childhood and society* (Vol. 445). Norton.
- Fadli, A. M. (2022). Relationship Between Empathy and Prosocial Behavior in High School Students. *Academia Open*, 7, 10–21070.
- Fadli, M. R. (2021). Memahami desain metode penelitian kualitatif. *Humanika, Kajian Ilmiah Mata Kuliah Umum*, 21(1), 33–54.
- Ferguson dan Wimmer. (2023). A psychological exploration of empathy. In *Conversations on empathy* (pp. 60–77). Routledge.
- Field, T. (1994). The effects of mother's physical and emotional unavailability on emotion regulation. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 208–227.
- Finayanti dan Anggriana. (2021). Ngudari reribed: internalization of Ki Ageng Suryomentaram's values to increase mindfulness. *Konseli: Jurnal Bimbingan Dan Konseling (E-Journal): Jurnal Bimbingan Dan Konseling (E-Journal)*, 8(1), 29–38.
- Fitriani, A. (2017). Peran religiusitas dalam meningkatkan psychological well being. *Al-Adyan: Jurnal Studi Lintas Agama*, 11(1), 57–80.
- Fitriani, M. U. (2022). The relationships between self-discipline and peer-groups with smoking behavior in high school students. *Jurnal Psikologi*, 11(3), 459–466.
- Floyd dkk. (2023). Affectionate communication, health, and relationships. *Personal Relationships*, 30(1), 44–75.
- Franco, M. G. (2022). *Platonic: How the Science of Attachment Can Help You Make--and Keep--Friends*. Penguin.
- Frankl, V. E. (1985). *Man's search for meaning*. Simon and Schuster.

- Friedmann, J., & Weaver, C. (1979). *Territory and function: the evolution of regional planning*. Univ of California Press.
- Garethamadya dan Nangoi. (2024). *The Role of Emotionally Unavailable Fathers on Attachment Style in Emerging Adulthood Women's Romantic Relationships*.
- Giorgi, A. (2020). *Reflections on certain qualitative and phenomenological psychological methods*. University Professors Press.
- Gitonga dkk. (2024). The relationship between self-awareness aspect of emotional intelligence and psychological well-being of Presbyterian clergy in Kenya. *Editon Consortium Journal of Psychology, Guidance and Counseling*, 5(1), 1–11.
- Guamanga dkk. (2025). Critical Thinking and Metacognition: Pathways to Empathy and Psychological Well-Being. *Journal of Intelligence*, 13(3), 34.
- Hadi, A. (2021). *Penelitian kualitatif studi fenomenologi, case study, grounded theory, etnografi, biografi*. CV. Pena Persada.
- Hall dkk. (2013). The role of self-compassion in physical and psychological well-being. *The Journal of Psychology*, 147(4), 311–323.
- Hambal, I. A. I. (885). *Musnad Ahmad*. Beirut: Dar al-Kutub al-‘Ilmiyyah.
- Hamdan, S. R. (2016). Happiness: Psikologi Positif Versus Psikologi Islam. *Unisia*, 38(84), 1–14.
- Hanum, L. (2010). *Gambaran psychological well-being pada keluarga miskin di kampung Pajeleran Gunung, Cibinong*.
- Harvey dan Miller. (2000). *Loss and trauma: General and close relationship perspectives*. Psychology Press.
- Hauser dkk. (2005). Temporal structures of psychological wellbeing. *Publication Manuscript*.
- Heatherton dan Baumeister. (1991). Binge eating as escape from self-awareness. *Psychological Bulletin*, 110(1), 86.
- Heingartner, D. (2008). Mental block. *IEEE Spectrum*, 46(1), 42–43.
- Heinig, A. V. (2023). *Psychology of Platonic Relationships*.
- Hidayati dan Choliq. (2023). Peningkatan Psychological Well-Being pada Lanjut Usia di UPT Tresna Werdha Kabupaten Jember. *Psychospiritual: Journal of Trends in Islamic Psychological Research*, 2(1), 67–76.
- Hobbs, A. (2024). Platonic Proportions. *The Oxford Handbook of Mental Health and Contemporary Western Aesthetics*, 48.

- Hogeveen dan Grafman. (2021). Alexithymia. *Handbook of Clinical Neurology*, 183, 47–62.
- Holt-Lunstad dan Steptoe. (2022). Social isolation: An underappreciated determinant of physical health. *Current Opinion in Psychology*, 43, 232–237.
- Howell dkk. (2016). Automatic attitudes and health information avoidance. *Health Psychology*, 35(8), 816.
- Hurin'in dan Soleh. (2023). Al-Ghozali and Hasan Al Bashri's concept of happiness to improve psychological well being. *El-Hekam: Jurnal Studi Keislaman*, 8(2), 335–346.
- Husna dkk. (2025). Pengaruh Dzikir Terhadap Neuroplastisitas Otak: Perspektif Al-Qur'an Dalam Meningkatkan Kesehatan Mental. *Madinah: Jurnal Studi Islam*, 12(1), 29–41.
- Hussain dkk. (2021). Exploring the role of self-kindness in making healthier eating choices: A preliminary study. *International Journal of Behavioral Medicine*, 28, 664–669.
- Hutagalung dkk. (2024). Dinamika Psychological Well-Being Lansia Berstatus Janda Di Daerah Marginal (Studi Fenomenologi). *Prosiding Konferensi Nasional Psikologi Kesehatan*, 16–29.
- Indriani dkk. (2024). Dhikr Therapy: Overcoming Life Anxiety with Islamic Counseling Based on QS Ar-Ra'd Verse 28. *Al-Hayat: Journal of Islamic Education*, 8(2), 562–571.
- Irianto dan Ardilla. (2021). The Psychological Well-Being of Poor Family. *Sixth Padang International Conference on Economics Education, Economics, Business and Management, Accounting and Entrepreneurship (PICEEBA 2020)*, 302–306.
- Istan, M. (2017). Pengentasan Kemiskinan Melalui Pemberdayaan Ekonomi Umat Menurut Perspektif Islam. *Al-Falah: Journal of Islamic Economics*, 2(1), 81–99.
- Itang, I. (2015). Faktor Faktor Penyebab Kemiskinan. *Tazkiyya: Jurnal Keislaman, Kemasyarakatan Dan Kebudayaan*, 16(01), 1–30.
- Janoff-Bulman dan Berger. (2021). The other side of trauma: Towards a psychology of appreciation. In *Loss and trauma* (pp. 29–44). Routledge.
- Joshanloo, M. (2023). Reciprocal relationships between personality traits and psychological well-being. *British Journal of Psychology*, 114(1), 54–69.
- Kabir dan Rashid. (2017). Interpersonal values, inferiority complex and psychological well-being of teenage students. *Jagannath University Journal of Life and Earth Sciences*, 3(1), 127–134.

- Kamilla dkk. (2022). Teori Perkembangan Psikososial Erik Erikson. *Early Childhood Journal*, 3(2), 77–87.
- Karstoft dkk. (2013). The effects of free-living interval-walking training on glycemic control, body composition, and physical fitness in type 2 diabetic patients: a randomized, controlled trial. *Diabetes Care*, 36(2), 228–236.
- Kemensos RI, K. S. R. (2024). *Kementerian Sosial Republik Indonesia*.
- Kitzrow, M. A. (2023). An overview of current psychological theory and research on altruism and prosocial behavior. *With Service In Mind*, 19–34.
- Koburtay dkk. (2022). Theorizing the notion of well-being in Islam: An update of Ryff's theory of eudaimonic psychological well-being. *Journal of Community Psychology*, 50(5), 2475–2490.
- Kuncoro, M. (1997). Ekonomi pembangunan: teori, masalah, dan kebijakan. Yogyakarta: UPP AMP YKPN.
- Kuncoro, M. (2007). Ekonomi Pembangunan, Teori, Masalah Dan Kebijakan Edisi Ketiga. Yogyakarta: Penerbit UPP AMP YKPN. 2010. *Metode Kuantitatif*.
- Kuswartanti dkk. (2023). Trust Issue in Relationship pada Pasangan Long Distance Relationship. *Search (Informatic, Science, Entrepreneur, Applied Art, Research, Humanism)*, 22(2), 447–454.
- Lahun, M. V. (2025). The Influence of Altruistic Behavior on The Psychological well-being of The Individual. *Publishing House "Baltija Publishing."*
- Langer dan Carson. (2006). Mindfulness and self-acceptance. *Journal of Rational-Emotive and Cognitive-Behavior Therapy*, 24, 29–43.
- Lyons, P. (2024). Linking positive psychology with reciprocal action learning. *Journal of Workplace Learning*, 36(1), 27–42.
- Magolda, M. B. B. (2023). *Making their own way: Narratives for transforming higher education to promote self-development*. Routledge.
- Mantzios dan Egan. (2017). On the role of self-compassion and self-kindness in weight regulation and health behavior change. *Frontiers in Psychology*, 8, 229.
- Markum, M. E. (2009). Pengentasan kemiskinan dan pendekatan psikologi sosial. *Jurnal Ilmiah Psikologi*, 1(1), 1–12.
- Maslahat, M. M. (2022). Psychological Well-being in the Perspective of Western Psychology and Sufistic Psychology. *ICONIPSY Proceedings 2022 (Vol 2 No 1)*, 2580, 69.

- Maslow. (1958). *A Dynamic Theory of Human Motivation*.
- Maslow, A. (1954). *Humanistic Theory*.
- Miao dkk. (2024). Exploring the Psychological Well-Being of Flight Cadets through a Comprehensive Survey Analysis of Self-Awareness and Self-Acceptance. *Aerospace*, 11(6), 441.
- Morales-Rodríguez dkk. (2020). The relationship between psychological well-being and psychosocial factors in university students. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(13), 4778.
- Morss, J. R. (2023). *Growing critical: Alternatives to developmental psychology*. Routledge.
- Munandar dkk. (2020). Psychological well-being pada keluarga broken home. *Insight: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 22(1), 46–52.
- Murdiyanto, E. (2020). *Penelitian Kualitatif (Teori dan Aplikasi disertai contoh proposal)*. Lembaga Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat (LP2M) UPN” Veteran
- Muslih dkk. (2024). Psychological Well-Being pada Siswa Broken Home. *Jurnal Wahana Konseling*, 7(1), 73–81.
- Naclerio dkk. (2024). The well-being paradox: Comparing prosocial and self-kindness interventions for mental health benefits. *Emotion*.
- Nantais dan Stack. (2017). Generativity versus stagnation. In *Encyclopedia of personality and individual differences* (pp. 1–3). Springer.
- Napitupulu dkk. (2023). Understanding the influence of personality traits on psychological well-being: A study of caregivers of children with autism spectrum disorder. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(2), 185–210.
- Natalia, S. (2022). *Hubungan Kognisi Sosial dan Perilaku Altruisme dengan Empati Mahasiswa*. Universitas Katolik Musi Charitas Palembang.
- Neff dan Germer. (2017). Self-Compassion and Psychological Well-being. *The Oxford Handbook of Compassion Science*, 371.
- Neff, K., & Davidson, O. (2016). Self-compassion: Embracing suffering with kindness. In *Mindfulness in positive psychology* (pp. 37–50). Routledge.
- Nida-Rümelin, M. (2017). Self-awareness. *Review of Philosophy and Psychology*, 8, 55–82.

- Ohenewa dan Meyer-Weitz. (2025). The experience of emotional pain in the context of a romantic and platonic relationship breakup among young adults. *Advances in Mental Health*, 1–32.
- Oktavia dan Setiawan. (2024). Penerimaan diri pada mahasiswa dengan anhedonia. *PSYCOMEDIA: Jurnal Psikologi*, 3(2), 68–76.
- Okti, R. (2019). *Psychological well-being pada remaja di panti asuhan bintang terampil kota bengkulu*. IAIN BENGKULU.
- Orth dan Robins. (2014). The development of self-esteem. *Current Directions in Psychological Science*, 23(5), 381–387.
- Ortigas, C. D. (2000). Poverty revisited: A social psychological approach to community empowerment. (*No Title*).
- Ottensbreit dan Dobson. (2008). Avoidance. In *Risk factors in depression* (pp. 447–470). Elsevier.
- Page, K. (2018). *Psychology for actors: Theories and Practices for the Acting Process*. Routledge.
- Peristianto dkk. (2025). Empathy and self-awareness (rasa rumangsa) in the Javanese cultural context. *Culture & Psychology*, 1354067X251315737.
- Pinkney, D. (2025). *The Growing Mental Block: A Mind-Structured Model of Reality*.
- Pizzagalli, D. A. (2014). Depression, stress, and anhedonia: toward a synthesis and integrated model. *Annual Review of Clinical Psychology*, 10(1), 393–423.
- Purwanto, A. (2022). *Konsep dasar penelitian kualitatif: Teori dan contoh praktis*. Penerbit P4I.
- Putri dkk. (2023). Psychological well-being: Penerimaan diri dan penguasaan lingkungan, mengenali mindfulness dari sikap negatif ke surplus sikap positif hidup. *Journal of Indonesian Psychological Science*, 3(2), 416–425.
- Raco, J. (2010). *Metode penelitian kualitatif: jenis, karakteristik dan keunggulannya*.
- Rahmadani, F. A. (2023). *Psychological well-being orang tua anak berkebutuhan khusus: Studi kasus di SLB Idayu 2 Kabupaten Malang*. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim.
- Ramadhani dkk. (2016). Kesejahteraan Psikologis (Psychological Well-Being) Siswa Yang Orangtuanya Bercerai. *Jurnal Bimbingan Konseling*, 5(1), 108–115.

- Reis dan Gable. (2003). *Toward a positive psychology of relationships*.
- Rianto, D. Z. (2023). Altruisme pada mahasiswa: Bagaimana peranan Gratitude? *INNER: Journal of Psychological Research*, 2(4), 646–654.
- Rif'ati dkk. (2018). Konsep dukungan sosial. *Jurnal Psikologi Universitas Airlangga*.
- Roessler dan Eilan. (2003). *Agency and self-awareness: Issues in philosophy and psychology* (Vol. 2). Oxford University Press.
- Rotenberg, K. (2018). *The psychology of trust*. Routledge.
- Rothman dan Salovey. (2007). The reciprocal relation between principles and practice. *Social Psychology: Handbook of Basic Principle*, 826–849.
- Ruglass dan Kendall-Tackett. (2014). *Psychology of trauma 101*. springer publishing Company.
- Ruvalcaba dkk. (2017). Positive emotions, self-esteem, interpersonal relationships and social support as mediators between emotional intelligence and life satisfaction. *Journal of Behavior, Health & Social Issues*, 9(1), 1–6.
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069.
- Ryff, C. D. (2013a). Existential well-being and health. In *The human quest for meaning* (pp. 233–247). Routledge.
- Ryff, C. D. (2013b). Psychological well-being revisited: Advances in the science and practice of eudaimonia. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 83(1), 10–28.
- Ryff, C. D. (2022). Positive psychology: Looking back and looking forward. *Frontiers in Psychology*, 13, 840062.
- Ryff, C. D. (2024). The privilege of well-being in an increasingly unequal society. *Current Directions in Psychological Science*, 33(5), 300–307.
- Ryff, C. D., & Singer, B. (1996). Psychological well-being: Meaning, measurement, and implications for psychotherapy research. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 65(1), 14–23.
- Ryff, C. D., & Singer, B. H. (2008). Know thyself and become what you are: A eudaimonic approach to psychological well-being. *Journal of Happiness Studies*, 9, 13–39.
- Ryff dan Keyes. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719.

- Sarang dkk. (2019). To investigate the relationship between psychological factors and stress in two different developmental stages in adults: A cross sectional study. *The Indian Journal of Occupational Therapy*, 51(3), 102–106.
- Savitri dan Listiyandini. (2017). Mindfulness dan kesejahteraan psikologis pada remaja. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 2(1), 43–59.
- Seligman. (2018). PERMA and the building blocks of well-being. *The Journal of Positive Psychology*, 13(4), 333–335.
- Seligman, M. E. P. (2004). *Authentic happiness: Using the new positive psychology to realize your potential for lasting fulfillment*. Simon and Schuster.
- Sesillia, L. (2020). *Kesejahteraan psikologis (psychological well-being) pada masyarakat miskin*. Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.
- Shihab, M. Q. (2002). Tafsir al-misbah. *Jakarta: Lentera Hati*, 2, 52–54.
- Shihab, M. Q. (2020). *al-Quran dan Maknanya*. Lentera Hati.
- Shihab, M. Q., & Fitna, A. (1996). Wawasan Al-Qur'an: Tafsir Maudhu'i atas Pelbagai Persoalan Umat, cet. ke-2. *Bandung: Mizan*.
- Shubik, M., & Levitan, R. (1980). *Market structure and behavior*. Harvard University Press.
- Simpson, J. A. (2007). Foundations of interpersonal trust. *Social Psychology: Handbook of Basic Principles*, 2, 587–607.
- Singer, H. dan. (2008). I feel how you feel but not always: the empathic brain and its modulation. *Current Opinion in Neurobiology*, 18(2), 153–158.
- Siregar, H., & Wahyuniarti, D. (2008). Dampak pertumbuhan ekonomi terhadap penurunan jumlah penduduk miskin. *Jurnal Ilmiah*, 24–40.
- Slovic, P. (2015). Psychic Numbing and Genocide. *Psychological Science Agenda*, 29(8).
- Slovic, P. (2024). Valuing life. *Behavioural Public Policy*, 1–9.
- Smith, J. A. (2009). Psikologi kualitatif: Panduan praktis metode riset. *Yogyakarta: Pustaka Pelajar*.
- Sugianto, I. R. (2000). *Status Lajang dan Psychological Well Being pada Pria dan Wanita Lajang Usia 30-40 Tahun di Jakarta*.
- Sugiyono, S. (2016). Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, R&D. *Bandung: Alfabeta*, 1–11.
- Suparlan, P. (1993). Kemiskinan di perkotaan. *Jakarta: Yayasan Obor Indonesia*.

- Suryomentaram, K. A. (1985). Ajaran-ajaran Ki Ageng Suryomentaram. (*No Title*).
- Trajković dkk. (2023). Effects of physical activity on psychological well-being. In *Frontiers in psychology* (Vol. 14, p. 1121976). Frontiers Media SA.
- Trinarso, A. P. (2018). Ilmu Kawruh Bejo Ki Ageng Suryamentaram. *Arete: Jurnal Filsafat*, 7(1), 67–82.
- Utaminingsih dan Suwendra. (2022). Pengaruh pendapatan dan jumlah anggota keluarga terhadap kesejahteraan keluarga di Kelurahan Karangasem. *Ekuitas: Jurnal Pendidikan Ekonomi*, 10(2), 256–263.
- Vanheule dkk. (2007). Alexithymia and interpersonal problems. *Journal of Clinical Psychology*, 63(1), 109–117.
- Waddington, J. (2023). Self-efficacy. *ELT Journal*, 77(2), 237–240.
- Wahyudi, M. A. (2020). Psychological Well-Being Sufism Practitioners as A Sufistic Conceling. *Jurnal Konseling Religi*, 11(01), 145–157.
- Ward dan King. (2016). Poor but happy? Income, happiness, and experienced and expected meaning in life. *Social Psychological and Personality Science*, 7(5), 463–470.
- Warsah dkk. (2023). Insights on mother's subjective well-being: The influence of emotion regulation, mindfulness, and gratitude. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(1), 51–68.
- Wijaya, M. I., Deliana, S. M., & Hendriyani, R. (2015). Gambaran Psychological Well-Being Keluarga Miskin Kampung Nelayan Tegal Sari Kota Tegal. *Intuisi: Jurnal Psikologi Ilmiah*, 7(2), 145–152.
- Xiao dkk. (2017). The mindful self: A mindfulness-enlightened self-view. *Frontiers in Psychology*, 8, 1752.
- Yousefi Afrashteh dan Hasani. (2022). Mindfulness and psychological well-being in adolescents: the mediating role of self-compassion, emotional dysregulation and cognitive flexibility. *Borderline Personality Disorder and Emotion Dysregulation*, 9(1), 22.
- Yulasteriyani dkk. (2019). Kemiskinan Masyarakat di Indonesia: Perspektif Sosiologi Islam dan Fenomenologi Barat. *Intizar*, 25(2), 77–86.
- Yuliatun dan Karyani. (2022). Improving the psychological well-being of nurses through Islamic positive psychology training. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 7(1), 91–102.

- Yulikhah dkk. (2019). Self concept, self efficacy, and interpersonal communication effectiveness of student. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 4(1), 65–76.
- Zessin dkk. (2015). The relationship between self-compassion and well-being: A meta-analysis. *Applied Psychology: Health and Well-Being*, 7(3), 340–364.
- Zhao dkk. (2024). The relationship between trust and well-being: A meta-analysis. *Journal of Happiness Studies*, 25(5), 56.
- Zulkifli dan Hamzah. (2024). The importance of supervisor support for the work outcomes and psychological well-being of Malaysian low-income working mothers. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 9(1), 159–178.

Daftar Riwayat Hidup

A. Identitas Diri

1. Nama Lengkap : Hauzaani Nazhiif Albahiy
2. Tempat, Tanggal Lahir : Pemalang, 11 Oktober 1997
3. Alamat Rumah : Jl. Lingkar Utara No. 27 Randudongkal
4. Alamat Domisili : Jl. KH. Munawir 13 Gemah, Pedurungan
5. No. HP : 0857-9149-7471
6. Email : hauzaanie.nazhiif@gmail.com

B. Riwayat Pendidikan

1. TK Bustanul Athfal Randudongkal 2003 - 2004
2. SD Negeri I Randudongkal 2005 - 2010
3. MTs Negeri 4 Denanyar Jombang 2010 - 2013
4. MA Mu'alimin Mu'alimat Mamba'ul Ma'arif Denanyar Jombang 2013 - 2016
5. Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang 2020 - 2025

C. Riwayat Pendidikan Non Formal

1. Pondok Pesantren Mamba'ul Ma'arif Denanyar Jombang 2010 - 2016
2. Pondok Pesantren Salafiyah Al-Munawwir Gemah Pedurungan Semarang 2020 - 2023

D. Pengalaman Organisasi

1. Ketua Osis MTs Negeri 4 Denanyar Jombang (Periode 2012)
2. Ketua Osis MA Mu'alimin Mu'alimat Mamba'ul Ma'arif Denanyar Jombang (Periode 2014)
3. Sekretaris Pimpinan Anak Cabang Pencak Silat Nahdlatul Ulama Pagar Nusa Kecamatan Randudongkal (Masa Khidmah 2017 - 2022)
4. Ketua Pekerja Sosial Masyarakat Kecamatan Randudongkal (Periode 2020 - 2025)
5. Sekretaris Pimpinan Cabang Pencak Silat Nahdlatul Ulama Pagar Nusa Kabupaten Pemalang (Masa Khidmah 2022 - 2026)

LAMPIRAN 1

Panduan Wawancara

Panduan Observasi

Jadwal Pelaksanaan Penelitian

Lampiran 1. 1 Panduan Wawancara

Untuk Keluarga Miskin Ekstrem di Wilayah Kecamatan Randudongkal

A. Informasi Subjek		
Identitas Subjek		
1. Inisial	:	
2. Usia	:	
3. Jenis Kelamin	:	
4. Pendidikan	:	
5. Pekerjaan	:	
6. Agama	:	
7. Status Perkawinan	:	
8. Tempat Tinggal	:	
9. Pendapatan	:	
B. Pertanyaan		
Dimensi	Informasi yang diungkap	
<i>Self-acceptance</i>	• Bagaimana anda dalam menilai diri anda sendiri? • Bisakah anda jelaskan situasi yang anda hadapi saat ini? • Apakah anda pernah kecewa dengan diri anda? • Bagaimana anda menjalani kehidupan anda sehari-hari? • Pernahkah anda merasa marah pada keadaan anda saat ini?	
	• Bagaimana menurut anda, tanggapan dari orang-orang sekitar mengenai diri anda? • Bisakah anda jelaskan perasaan ketika anda berbeda dengan lingkungan dan orang-orang sekitar ketika lebih baik dari pada anda? • Apakah anda menerima kekurangan diri anda? • Apakah anda menyesal terhadap kekurangan yang anda miliki? • Pernahkah anda merasa bahwa kekurangan yang anda miliki menjadi penghambat atau masalah?	
	• Bagaimana anda dalam memandang kehidupan dimasa lalu? • Bisakah anda jelaskan kejadian kehidupan masa lalu yang anda hadapi?	

	• Apakah anda menerima semua keadaan yang terjadi dimasa lalu? • Bagaimana sikap anda terhadap kejadian yang tidak menyenangkan yang pernah anda alami dimasa lalu? • Pernahkah anda putus asa dengan keadaan masa lalu anda?
	• Bagaimana pandangan anda tentang kehidupan yang anda jalani saat ini? • Bisakah anda jelaskan situasi yang anda hadapi saat ini? • Apakah anda merasa tidak puas dengan kehidupan saat ini? • Bagaimana sikap anda terhadap kejadian yang tidak menyenangkan saat ini? • Pernahkah anda berpikir negatif mengenai kehidupan saat ini?
	• Bagaimana pandangan anda terhadap orang yang memuji tentang diri anda? • Apakah anda tersinggung dengan pujian yang orang lain berikan? • Bisakah anda jelaskan perasaan anda ketika direndahkan oleh orang lain? • Bagaimana sikap anda ketika apa yang diharapkan tidak sesuai dengan kenyataan? • Pernahkah anda kecewa dengan kehidupan yang anda jalani?
	• Bagaimana pandangan anda tentang kelebihan yang anda miliki? • Bisakah anda jelaskan apa saja yang menghambat anda untuk mencapai kehidupan yang lebih baik? • Apakah anda merasa tidak puas dengan kelebihan yang anda miliki? • Apa yang anda lakukan dalam mengembangkan kelebihan anda? • Pernahkah anda merasa kelebihan yang anda miliki justru merugikan anda?
<i>Positive relationship</i>	• Bagaimana hubungan anda dengan orang-orang disekitar anda? • Bisakah anda jelaskan tentang teman-teman anda saat melihat keadaan anda sekarang? • Apakah anda masih menjalin hubungan baik dengan keluarga anda? • Bagaimana dengan teman masa kecil anda, apakah masih berkomunikasi? • Pernahkah anda dikecewakan oleh orang-orang sekitar anda?
	• Apakah anda memiliki teman khusus? • Bagaimana hubungan anda dengan teman khusus anda tersebut?

	• Bisakah anda jelaskan tentang anda dan teman khusus anda dalam menghadapi keadaan sekarang? • Bagaimana anda dalam menjalin hubungan erat saling percaya dengan orang-orang sekitar? • Jika anda memiliki rahasia, apakah rahasia tersebut akan disampaikan dengan teman khusus anda?
	• Bagaimana jika anda melihat orang yang butuh bantuan anda, tindakan apa yang anda lakukan? • Apakah anda peduli dengan keadaan orang lain? • Bisakah anda jelaskan mengenai orang yang tidak peduli dengan anda, akan tetapi butuh bantuan anda, tindakan apa yang anda lakukan? • Bagaimana sikap anda ketika melihat orang sekitar anda bahagia? • Pernahkah anda menyinggung atau iri terhadap pencapaian orang lain?
	• Apakah anda membantu orang-orang disekitar anda? • Dalam kehidupan sehari-hari pernahkah anda merasakan peduli atau kasihan dengan orang lain? • Bagaimana tindakan anda ketika ada orang yang curhat kepada anda? • Bisakah anda jelaskan jika anda memiliki sesuatu akan tetapi cukup hanya untuk kebutuhan anda, akan tetapi ada orang yang lebih membutuhkan, tindakan apa yang anda lakukan? • Apa tindakan anda ketika ada orang yang curhat tentang rahasia orang tersebut kepada anda?
	• Apakah anda rela berkorban untuk orang-orang yang anda sayangi? • Bagaimana pendapat anda mengenai perasaan kasih sayang anda kepada orang lain? • Bisakah anda jelaskan perasaan anda jika orang lain tidak menerima keadaan anda? • Jika keluarga anda tidak menerima keadaan anda sekarang ini, apakah anda membenci keluarga anda? • Apa yang anda lakukan ketika keluarga anda direndahkan?

	• Apakah anda pernah dikecewakan oleh orang lain? • Bagaimana pendapat anda mengenai orang lain yang sudah baik kepada anda? • Bisakah anda jelaskan mengenai orang lain yang menjadikan anda enggan menjalin hubungan baik dengan orang lain? • Pernahkah anda merasa takut atau trauma untuk mempercayai orang lain? • Jika kemudian hari anda kembali mempercayai orang lain, apakah anda masih ingin saling berbagi rahasia?
--	--

Lampiran 1. 2 Panduan Observasi

Pedoman Observasi:

1. Perbedaan sikap yang ditunjukkan subjek sebelum dan setelah wawancara
2. Respon perilaku atau gestur yang ditunjukkan subjek ketika peneliti bertanya tentang permasalahan yang dialami akibat kemiskinan ekstrem
3. Reaksi emosional yang terlihat dari ekspresi wajah terhadap pertanyaan-pertanyaan tertentu
4. Perilaku atau cara subjek dalam menangani respon emosional negatif yang muncul saat wawancara

Lampiran 1. 3 Jadwal Pelaksanaan Penelitian

Jadwal Pelaksanaan Penelitian Subjek I (IP)

No.	Hari & Tanggal	Waktu	Kegiatan
1.	Rabu, 23 April 2025	09.29	Menghubungi subjek, mendatangi ke rumah meminta ketersediannya menjadi informan dan observasi lokasi.
2.	Jumat, 25 April 2025	09.53	Memberikan <i>information sheet</i> , <i>informed concent</i> dan mengisi kuisisioner mengenai informasi subjek sebelum melakukan wawancara dan observasi secara <i>offline</i> , setelah itu melakukan wawancara dan observasi secara <i>offline</i> .

Jadwal Pelaksanaan Penelitian Subjek II (SF)

No.	Hari & Tanggal	Waktu	Kegiatan
1.	Kamis, 24 April 2025	10.18	Menghubungi subjek, mendatangi ke rumah meminta ketersediannya menjadi informan dan observasi lokasi.
2.	Minggu, 27 April 2025	09.53	Memberikan <i>information sheet</i> , <i>informed concent</i> dan mengisi kuisisioner mengenai informasi subjek sebelum melakukan wawancara dan observasi secara <i>offline</i> , setelah itu melakukan wawancara dan observasi secara <i>offline</i> .

Jadwal Pelaksanaan Penelitian Subjek III (SR)

No.	Hari & Tanggal	Waktu	Kegiatan
1.	Kamis, 24 April 2025	14.12	Menghubungi subjek, mendatangi ke rumah meminta ketersediannya menjadi informan dan observasi lokasi.
2.	Selasa, 29 April 2025	09.28	Memberikan <i>information sheet</i> , <i>informed concent</i> dan mengisi kuisisioner mengenai informasi subjek sebelum melakukan wawancara dan observasi secara <i>offline</i> , setelah itu melakukan wawancara dan observasi secara <i>offline</i> .

Jadwal Pelaksanaan Penelitian Subjek IV (MJ)

No.	Hari & Tanggal	Waktu	Kegiatan
1.	Rabu, 23 April 2025	13.37	Menghubungi subjek, mendatangi ke rumah meminta ketersediannya menjadi informan dan observasi lokasi.
2.	Senin, 28 April 2025	14.23	Memberikan <i>information sheet</i> , <i>informed concent</i> dan mengisi kuisisioner mengenai informasi subjek sebelum melakukan wawancara dan observasi secara <i>offline</i> , setelah itu melakukan wawancara dan observasi secara <i>offline</i> .

Jadwal Pelaksanaan Penelitian Subjek V (SM)

No.	Hari & Tanggal	Waktu	Kegiatan
1.	Rabu, 23 April 2025	11.46	Menghubungi subjek, mendatangi ke rumah meminta ketersediannya menjadi informan dan observasi lokasi.
2.	Sabtu, 26 April 2025	10.44	Memberikan <i>information sheet</i> , <i>informed concent</i> dan mengisi kuisisioner mengenai informasi subjek sebelum melakukan wawancara dan observasi secara <i>offline</i> , setelah itu melakukan wawancara dan observasi secara <i>offline</i> .

LAMPIRAN 2

Lembar Persetujuan Subjek

Lampiran 2. 1 Lembar Informasi

INFORMATION SHEET

Lembar Informasi

- Judul Penelitian** : *Psychological well-being* pada keluarga miskin di wilayah Kecamatan Randudongkal Kabupaten Pemalang
- Peneliti** : Hauzaani Nazhiif Albahiy
- Status** : Mahasiswa Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang

Sebelum anda menyatakan kesediaan untuk berpartisipasi dalam penelitian ini, penting bagi anda untuk membaca penjelasan peneliti dibawah ini. Lembar persetujuan ini menjelaskan mengenai tujuan, prosedur pelaksanaan, dan kerahasiaan dari penelitian yang akan dilakukan.

- Tujuan Penelitian** : Penelitian ini merupakan tugas akhir atau skripsi dari peneliti. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui gambaran dinamika *psychological well-being* pada keluarga miskin di wilayah Kecamatan Randudongkal Kabupaten Pemalang.
- Prosedur Penelitian** : Proses pengambilan data pada penelitian ini menggunakan metode wawancara dengan pertanyaan-pertanyaan mengenai topik penelitian; yaitu *psychological well-being* pada keluarga miskin di wilayah Kecamatan Randudongkal Kabupaten Pemalang. Waktu yang diperlukan dalam proses wawancara berkisar antara 1-2 jam dan terdapat kemungkinan untuk dilakukan lebih dari satu kali. Oleh karena itu peneliti memohon ketersediaan waktu subjek untuk proses pengambilan data lanjutan bila diperlukan. Selama proses wawancara, peneliti menggunakan alat bantu perekam suara untuk membantu seluruh proses pengelolaan data. Oleh karena itu peneliti memohon kesediaan Anda untuk direkam melalui perekam suara selama proses wawancara berlangsung. Informasi yang diterima oleh peneliti selanjutnya akan ditranskripsi untuk proses analisis data.

Kerahasiaan

: Informasi yang Anda sampaikan dalam keseluruhan proses pengambilan data ini akan diolah untuk kepentingan akademik dan bersifat rahasia. Jika hasil penelitian ini diterbitkan, segala bentuk identitas dan keterangan yang dapat digunakan untuk mengidentifikasi subjek akan disamarkan. Pihak yang mengetahui identitas asli hanyalah peneliti dan dosen pembimbing dalam penelitian ini. Sehingga Anda diharapkan dapat memberikan informasi yang jujur dan apa adanya. Dalam proses penelitian ini, Anda memiliki kesempatan untuk menyampaikan pengalaman, perasaan, serta pemikiran yang Anda miliki. Selanjutnya Anda memiliki hak untuk mengajukan keberatan jika merasa terdapat hal yang tidak sejalan dengan kehendak Anda. Penelitian ini bersifat sukarela tanpa paksaan dari pihak manapun, sehingga Anda berhak untuk menolak dan bebas mengundurkan diri. Partisipasi Anda sebagai subjek sangat dihargai dalam penelitian ini. Dalam melakukan penelitian ini, peneliti dibimbing oleh dosen pembimbing Ibu Hj. Wening Wihartati, S.Psi., M.Si. dan Dewi Khurun Aini, MA, yang keduanya merupakan dosen Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo Semarang. Anda dapat menghubungi peneliti Hauzaani Nazhiif Albahiy melalui nomor seluler dan *whatsapp* (0857-9149-7471).

RAHASIA

INFORMED CONSENT

Lembar Persetujuan Subjek

Sehubungan dengan pelaksanaan wawancara yang akan dilakukan untuk keperluan penelitian oleh saudara Hauzaani Nazhiif Albahiy, mahasiswa Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo Semarang, maka saya mengisi lembar kesediaan informan guna mengikuti rangkaian penelitian. Saya yang bertandatangan dibawah ini:

Nama/Inisial :

Usia :

Alamat :

Menyatakan bersedia/tidak bersedia untuk mengikuti rangkaian wawancara. Kemudian guna menghindari beberapa hal yang tidak diinginkan, maka saya sebagai informan memutuskan terdapat beberapa catatan selama proses penelitian (jika ada):

1.
2.
3.
4.
5.

Randudongkal,

(.....)

CONSENT FORM

Lembar Persetujuan

Mohon lengkapi daftar pertanyaan berikut, berikan tanda (√) pada jawaban yang anda setuju.

No.	Pertanyaan	YA	TIDAK
1.	Saya sudah membaca dan memahami lembar informasi untuk subjek		
2.	Saya mendapat waktu untuk mempertimbangkan partisipasi saya dalam penelitian ini		
3.	Saya menerima dengan jelas dari penjelasan yang diberikan peneliti kepada saya mengenai penelitian ini		
4.	Saya memahami bahwa keikutsertaan saya dalam penelitian ini adalah sukarela (pilihan saya) dan saya dapat mengundurkan diri dari penelitian ini tanpa syarat apapun		
5.	Saya memahami bahwa keikutsertaan saya dalam penelitian ini bersifat rahasia		
6.	Saya bersedia dan mengizinkan proses wawancara ini direkam menggunakan alat perekam		
7.	Saya tahu siapa yang harus saya hubungi jika saya memiliki pertanyaan mengenai penelitian ini		
8.	Saya ingin menerima hasil ringkasan penelitian ini		
9.	Saya sudah membaca dan memahami lembar persetujuan ini		

Lampiran 2. 2 Lembar Subjek I

RAHASIA

INFORMED CONSENT

Lembar Persetujuan Subjek

Sehubungan dengan pelaksanaan wawancara yang akan dilakukan untuk keperluan penelitian oleh saudara Hauzaani Nazhiif Albahiy, mahasiswa Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo Semarang, maka saya mengisi lembar kesediaan informan guna mengikuti rangkaian penelitian. Saya yang bertandatangan dibawah ini:

Nama/Inisial : IP/Indah Pratiwi
Usia : 25 Tahun
Alamat : RT.02 RW.02 Desa Benhyang

Menyatakan bersedia/~~tidak~~ bersedia untuk mengikuti rangkaian wawancara. Kemudian guna menghindari beberapa hal yang tidak diinginkan, maka saya sebagai informan memutuskan terdapat beberapa catatan selama proses penelitian (jika ada):

1.
2.
3.
4.
5.

Randudongkal, 25 April 2015


(.....)

CONSENT FORM

Lembar Persetujuan

Mohon lengkapi daftar pertanyaan berikut, berikan tanda (✓) pada jawaban yang anda setuju.

No.	Pertanyaan	YA	TIDAK
1.	Saya sudah membaca dan memahami lembar informasi untuk subjek	✓	
2.	Saya mendapat waktu untuk mempertimbangkan partisipasi saya dalam penelitian ini	✓	
3.	Saya menerima dengan jelas dari penjelasan yang diberikan peneliti kepada saya mengenai penelitian ini	✓	
4.	Saya memahami bahwa keikutsertaan saya dalam penelitian ini adalah sukarela (pilihan saya) dan saya dapat mengundurkan diri dari penelitian ini tanpa syarat apapun	✓	
5.	Saya memahami bahwa keikutsertaan saya dalam penelitian ini bersifat rahasia	✓	
6.	Saya bersedia dan mengizinkan proses wawancara ini direkam menggunakan alat perekam	✓	
7.	Saya tahu siapa yang harus saya hubungi jika saya memiliki pertanyaan mengenai penelitian ini	✓	
8.	Saya ingin menerima hasil ringkasan penelitian ini	✓	
9.	Saya sudah membaca dan memahami lembar persetujuan ini	✓	

Lampiran 2. 3 Lembar Subjek II

RAHASIA

INFORMED CONSENT

Lembar Persetujuan Subjek

Sehubungan dengan pelaksanaan wawancara yang akan dilakukan untuk keperluan penelitian oleh saudara Hauzaani Nazhiif Albahiy, mahasiswa Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo Semarang, maka saya mengisi lembar kesediaan informan guna mengikuti rangkaian penelitian. Saya yang bertandatangan dibawah ini:

Nama/Inisial : SF / Saeful
Usia : 28 Tahun
Alamat : Rt. 13 Rw. 02 Desa Randudongkal

Menyatakan bersedia/~~tidak bersedia~~ untuk mengikuti rangkaian wawancara. Kemudian guna menghindari beberapa hal yang tidak diinginkan, maka saya sebagai informan memutuskan terdapat beberapa catatan selama proses penelitian (jika ada):

1.
2.
3.
4.
5.

Randudongkal, 27 April 2025



(.....)

CONSENT FORM

Lembar Persetujuan

Mohon lengkapi daftar pertanyaan berikut, berikan tanda (✓) pada jawaban yang anda setuju.

No.	Pertanyaan	YA	TIDAK
1.	Saya sudah membaca dan memahami lembar informasi untuk subjek	✓	
2.	Saya mendapat waktu untuk mempertimbangkan partisipasi saya dalam penelitian ini	✓	
3.	Saya menerima dengan jelas dari penjelasan yang diberikan peneliti kepada saya mengenai penelitian ini	✓	
4.	Saya memahami bahwa keikutsertaan saya dalam penelitian ini adalah sukarela (pilihan saya) dan saya dapat mengundurkan diri dari penelitian ini tanpa syarat apapun	✓	
5.	Saya memahami bahwa keikutsertaan saya dalam penelitian ini bersifat rahasia	✓	
6.	Saya bersedia dan mengizinkan proses wawancara ini direkam menggunakan alat perekam	✓	
7.	Saya tahu siapa yang harus saya hubungi jika saya memiliki pertanyaan mengenai penelitian ini	✓	
8.	Saya ingin menerima hasil ringkasan penelitian ini	✓	
9.	Saya sudah membaca dan memahami lembar persetujuan ini	✓	

Lampiran 2. 4 Lembar Subjek II

RAHASIA

INFORMED CONSENT

Lembar Persetujuan Subjek

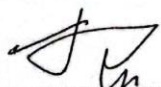
Sehubungan dengan pelaksanaan wawancara yang akan dilakukan untuk keperluan penelitian oleh saudara Hauzaani Nazhiif Albahiy, mahasiswa Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo Semarang, maka saya mengisi lembar kesediaan informan guna mengikuti rangkaian penelitian. Saya yang bertandatangan dibawah ini:

Nama/Inisial : SR / Sawolati
Usia : 35 tahun
Alamat : RT. 08 RW. 02 Desa Lemingkir

Menyatakan bersedia/~~tidak bersedia~~ untuk mengikuti rangkaian wawancara. Kemudian guna menghindari beberapa hal yang tidak diinginkan, maka saya sebagai informan memutuskan terdapat beberapa catatan selama proses penelitian (jika ada):

1.
2.
3.
4.
5.

Randudongkal, 29 April 2015


(.....)

CONSENT FORM

Lembar Persetujuan

Mohon lengkapi daftar pertanyaan berikut, berikan tanda (✓) pada jawaban yang anda setuju.

No.	Pertanyaan	YA	TIDAK
1.	Saya sudah membaca dan memahami lembar informasi untuk subjek	✓	
2.	Saya mendapat waktu untuk mempertimbangkan partisipasi saya dalam penelitian ini	✓	
3.	Saya menerima dengan jelas dari penjelasan yang diberikan peneliti kepada saya mengenai penelitian ini	✓	
4.	Saya memahami bahwa keikutsertaan saya dalam penelitian ini adalah sukarela (pilihan saya) dan saya dapat mengundurkan diri dari penelitian ini tanpa syarat apapun	✓	
5.	Saya memahami bahwa keikutsertaan saya dalam penelitian ini bersifat rahasia	✓	
6.	Saya bersedia dan mengizinkan proses wawancara ini direkam menggunakan alat perekam	✓	
7.	Saya tahu siapa yang harus saya hubungi jika saya memiliki pertanyaan mengenai penelitian ini	✓	
8.	Saya ingin menerima hasil ringkasan penelitian ini	✓	
9.	Saya sudah membaca dan memahami lembar persetujuan ini	✓	

Lampiran 2. 5 Lembar Subjek IV

RAHASIA

INFORMED CONSENT

Lembar Persetujuan Subjek

Sehubungan dengan pelaksanaan wawancara yang akan dilakukan untuk keperluan penelitian oleh saudara Hauzaani Nazhiif Albahiy, mahasiswa Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo Semarang, maka saya mengisi lembar kesediaan informan guna mengikuti rangkaian penelitian. Saya yang bertandatangan dibawah ini:

Nama/Inisial : MS / Mujlali
Usia : 37 Tahun
Alamat : RT. 04 RW. 03 Desa Karangmoncol

Menyatakan bersedia/~~tidak bersedia~~ untuk mengikuti rangkaian wawancara. Kemudian guna menghindari beberapa hal yang tidak diinginkan, maka saya sebagai informan memutuskan terdapat beberapa catatan selama proses penelitian (jika ada):

1.
2.
3.
4.
5.

Randudongkal, 28 April 2015


(.....)

CONSENT FORM

Lembar Persetujuan

Mohon lengkapi daftar pertanyaan berikut, berikan tanda (✓) pada jawaban yang anda setuju.

No.	Pertanyaan	YA	TIDAK
1.	Saya sudah membaca dan memahami lembar informasi untuk subjek	✓	
2.	Saya mendapat waktu untuk mempertimbangkan partisipasi saya dalam penelitian ini	✓	
3.	Saya menerima dengan jelas dari penjelasan yang diberikan peneliti kepada saya mengenai penelitian ini	✓	
4.	Saya memahami bahwa keikutsertaan saya dalam penelitian ini adalah sukarela (pilihan saya) dan saya dapat mengundurkan diri dari penelitian ini tanpa syarat apapun	✓	
5.	Saya memahami bahwa keikutsertaan saya dalam penelitian ini bersifat rahasia	✓	
6.	Saya bersedia dan mengijinkan proses wawancara ini direkam menggunakan alat perekam	✓	
7.	Saya tahu siapa yang harus saya hubungi jika saya memiliki pertanyaan mengenai penelitian ini	✓	
8.	Saya ingin menerima hasil ringkasan penelitian ini	✓	
9.	Saya sudah membaca dan memahami lembar persetujuan ini	✓	

Lampiran 2. 6 Lembar Subjek V

RAHASIA

INFORMED CONSENT

Lembar Persetujuan Subjek

Sehubungan dengan pelaksanaan wawancara yang akan dilakukan untuk keperluan penelitian oleh saudara Hauzaani Nazhiif Albahiy, mahasiswa Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo Semarang, maka saya mengisi lembar kesediaan informan guna mengikuti rangkaian penelitian. Saya yang bertandatangan dibawah ini:

Nama/Inisial : SM / SUMARIO

Usia : 47 tahun

Alamat : RT.01 RW.01 Desa Kreyo

Menyatakan bersedia/tidak bersedia untuk mengikuti rangkaian wawancara. Kemudian guna menghindari beberapa hal yang tidak diinginkan, maka saya sebagai informan memutuskan terdapat beberapa catatan selama proses penelitian (jika ada):

1.
2.
3.
4.
5.

Randudongkal, 26 April 2015


(.....)

CONSENT FORM

Lembar Persetujuan

Mohon lengkapi daftar pertanyaan berikut, berikan tanda (✓) pada jawaban yang anda setuju.

No.	Pertanyaan	YA	TIDAK
1.	Saya sudah membaca dan memahami lembar informasi untuk subjek	✓	
2.	Saya mendapat waktu untuk mempertimbangkan partisipasi saya dalam penelitian ini	✓	
3.	Saya menerima dengan jelas dari penjelasan yang diberikan peneliti kepada saya mengenai penelitian ini	✓	
4.	Saya memahami bahwa keikutsertaan saya dalam penelitian ini adalah sukarela (pilihan saya) dan saya dapat mengundurkan diri dari penelitian ini tanpa syarat apapun	✓	
5.	Saya memahami bahwa keikutsertaan saya dalam penelitian ini bersifat rahasia	✓	
6.	Saya bersedia dan mengizinkan proses wawancara ini direkam menggunakan alat perekam	✓	
7.	Saya tahu siapa yang harus saya hubungi jika saya memiliki pertanyaan mengenai penelitian ini	✓	
8.	Saya ingin menerima hasil ringkasan penelitian ini	✓	
9.	Saya sudah membaca dan memahami lembar persetujuan ini	✓	

LAMPIRAN 3

Transkrip Verbatim Wawancara Subjek

Transkrip Verbatim Wawancara Pendukung

Tabel Horisonalisasi

Foto atau Data Pendukung

Surat Izin Riset/Penelitian

Surat Persetujuan Riset/Penelitian

Lampiran 3. 1 Verbatim Wawancara Subjek I

Transkrip Wawancara Subjek 1 (IP)

1. Wawancara subjek 1

Wawancara dilakukan pada :

Tanggal : 25 April 2025
Waktu : 09.53
Tempat : Rumah Subjek
Peneliti : HN
Subjek : IP
Usia : 25 Tahun
Jenis Kelamin : Perempuan
Pendidikan Terakhir : SD
Pekerjaan : Ibu Rumah Tangga
Agama : Islam
Status Perkawinan : Cerai Hidup
Tempat Tinggal : RT. 02 RW. 02 Desa Gembyang
Pendapatan : Rp. 100.000,- perminggu

2. Tabel Hasil Wawancara

No	Keterangan	Pertanyaan
1	HN	“Bagaimana anda dalam menilai diri anda sendiri?”
2	IP	“Gimana ya...? Ya biasa.”
3	HN	“Bisakah anda jelaskan situasi yang anda hadapi saat ini?”
4	IP	“Ya sulit.”
5	HN	“Apakah anda pernah kecewa dengan diri anda?”
6	IP	“Yaa, adalah sedikit.”
7	HN	“Bagaimana anda menjalani kehidupan anda sehari-hari?”
8	IP	“Yaa, beginilah, serba kesulitan.”
9	HN	“Pernahkah anda merasa marah pada keadaan anda saat ini?”
10	IP	“Ngga pernah, sering marahnya sama orang lain.”
11	HN	“Bagaimana menurut anda, tanggapan dari orang-orang sekitar

		mengenai diri anda?”
12	IP	“Kurang tau ya mas, orang-orang sini sukanya pilah-pilih orang.”
13	HN	“Bisakah anda jelaskan perasaan ketika anda berbeda dengan lingkungan dan orang-orang sekitar ketika lebih baik dari pada anda?”
14	IP	“Ngga ada sih, Cuma kadang mikir kok saya gini-gini aja susah terus hidupnya.”
15	HN	“Apakah anda menerima kekurangan diri anda?”
16	IP	“Yaa, nerima.”
17	HN	“Apakah anda menyesal terhadap kekurangan yang anda miliki?”
18	IP	“Yaa, sangat menyesal.”
19	HN	“Pernahkah anda merasa bahwa kekurangan yang anda miliki menjadi penghambat atau masalah?”
20	IP	“Yaa, sangat menghambat.”
21	HN	“Bagaimana anda dalam memandang kehidupan dimasa lalu?”
22	IP	“Jauh beda. Beda banget pokoknya.”
23	HN	“Bisakah anda jelaskan kejadian kehidupan masa lalu yang anda hadapi?”
24	IP	“Yaa, intinya jauhlah. Sekarang serba susah.”
25	HN	“Apakah anda menerima semua kondisi yang terjadi dimasa lalu?”
26	IP	“Sedikit menerima.”
27	HN	“Bagaimana sikap anda terhadap kejadian yang tidak mengenakan yang pernah anda alami dimasal lalu?”
28	IP	“Galau mas. Sedih kalau diceritain.”
29	HN	“Pernahkan anda putus asa dengan kondisi masa lalu anda?”
30	IP	“Ngga ada. Lebih ke ngga terima aja sama keadaan sekarang.”
31	HN	“Bagaimana pandangan anda tentang kehidupan yang anda jalani saat ini?”
32	IP	“Yaa, cukup sulit.”
33	HN	“Bisakah anda jelaskan situasi yang anda hadapi saat ini?”
34	IP	“Serba kesusahan mas.”

35	HN	“Apakah anda merasa tidak puas dengan kehidupan saat ini?”
36	IP	“Sangat tidak puas.”
37	HN	“Bagaimana sikap anda terhadap kejadian yang tidak menyenangkan saat ini?”
38	IP	“Yaa, bagaimana lagi, pengen marah.”
39	HN	“Pernahkah anda berpikir negatif mengenai kehidupan saat ini?”
40	IP	“Pernah, kok kaya gini amat perubahannya.”
41	HN	“Bagaimana pandangan anda terhadap orang yang memuji tentang diri anda?”
42	IP	“Ada yang memuji baik sama buruk, seringnya memandang buruk.” Saya ngga mau dipuji, namanya orang susah ngapain minta dipuji.”
43	HN	“Apakah anda tersinggung dengan pujian yang orang lain berikan?”
44	IP	“Seringnya saya tersinggung. Orang susah kok dipuji.”
45	HN	“Bisakah anda jelaskan perasaan anda ketika direndahkan oleh orang lain?”
46	IP	“Marah mas.”
47	HN	“Bagaimana sikap anda ketika apa yang diharapkan tidak sesuai dengan kenyataan?”
48	IP	“Yaa. Kecewa mas.”
49	HN	“Pernahkah anda kecewa dengan kehidupan yang anda jalani?”
50	IP	“Seringnya sih saya kecewa, yaa kaya gitulah”
51	HN	“Bagaimana pandangan anda tentang kelebihan yang anda miliki?”
52	IP	“Ngga ada kelebihan, adanya kekurangan terus.”
53	HN	“Bisakah anda jelaskan apa saja yang menghambat anda untuk mencapai kehidupan yang lebih baik?”
54	IP	“Ngga ada. Saya susah mas.”
55	HN	“Apakah anda merasa tidak puas dengan kelebihan yang anda miliki?”
56	IP	“Tidak puas mas.”
57	HN	“Apa yang anda lakukan dalam mengembangkan kelebihan anda?”
58	IP	“Yaa, menjalani sehari-hari sama anak.”

59	HN	“Pernahkah anda merasa kelebihan yang anda miliki justru merugikan anda?”
60	IP	“Iyaaa, masalah ekonomi, kesulitan terus mas.”
61	HN	“Bagaimana hubungan anda dengan orang-orang disekitar anda?”
62	IP	“Cukup baik, kadang kurang baik.”
63	HN	“Bisakah anda jelaskan tentang teman-teman anda saat melihat kondisi anda sekarang?”
64	IP	“Biasa aja, mereka juga sama-sama susah. Ngga ada yang aneh”
65	HN	“Apakah anda masih menjalin hubungan baik dengan keluarga anda?”
66	IP	“Masih cukup baik.”
67	HN	“Bagaimana dengan teman masa kecil anda, apakah masih berkomunikasi?”
68	IP	“Udah ngga mas.”
69	HN	“Pernahkah anda dikecewakan oleh orang-orang sekitar anda?”
70	IP	“Sering itu yang dibekalang rumah, kalau yang depan ngga.”
71	HN	“Apakah anda memiliki teman khusus?”
72	IP	“Punya.”
73	HN	Bagaimana hubungan anda dengan teman khusus anda tersebut?
74	IP	“Yaa, akrab baik.”
75	HN	“Bisakah anda jelaskan tentang anda dan teman khusus anda dalam menghadapi kondisi sekarang?”
76	IP	“Yaa, sering curhat-curhat gitu sih, ngomongin ekonomi kebutuhan hidup.”
77	HN	“Bagaimana anda dalam menjalin hubungan erat saling percaya dengan orang-orang sekitar?”
78	IP	“Saya lihat dari omongannya, bisa dijaga apa ngga.”
79	HN	“Jika anda memiliki rahasia, apakah rahasia tersebut akan disampaikan dengan teman khusus anda?”
80	IP	“Kalau rahasia yang baik tak sampaikan, kalau yang aib ngga tak sampaikan, saya pendem sendiri.”

81	HN	“Bagaimana jika anda melihat orang yang butuh bantuan anda, tindakan apa yang anda lakukan?”
82	IP	“Yaa, ditolong.”
83	HN	“Apakah anda peduli dengan kondisi orang lain?”
84	IP	“Kadang peduli.”
85	HN	“Bisakah anda jelaskan mengenai orang yang tidak peduli dengan anda, akan tetapi butuh bantuan anda, tindakan apa yang anda lakukan?”
86	IP	“Ngapain ditolong, orang dia ngga peduli.”
87	HN	“Bagaimana sikap anda ketika melihat orang sekitar anda bahagia?”
88	IP	“Ngga tau ya mas, males ngeliatnya.”
89	HN	“Pernahkah anda menyinggung atau iri terhadap pencapaian orang lain?”
90	IP	“Ngga sih, ngapain juga.”
91	HN	“Apakah anda membantu orang-orang disekitar anda?”
92	IP	“ Yaa membantu, kalau ada rejeki.”
93	HN	“Dalam kehidupan sehari-hari pernahkah anda merasakan peduli atau kasihan dengan orang lain?”
94	IP	“Kadang-kadang saja.”
95	HN	“Bagaimana tindakan anda ketika ada orang yang curhat kepada anda?”
96	IP	“Saya dengarkan, terima kasih sudah percaya sama saya.”
97	HN	“Bisakah anda jelaskan jika anda memiliki sesuatu akan tetapi cukup hanya untuk kebutuhan anda, akan tetapi ada orang yang lebih membutuhkan, tindakan apa yang anda lakukan?”
98	IP	“Kasih aja.”
99	HN	“Apa tindakan anda ketika ada orang yang curhat tentang rahasia orang tersebut kepada anda?”
100	IP	“Cukup pahami, dan kalau minta solusi ya tak kasih.”
101	HN	“Apakah anda rela berkorban untuk orang-orang yang anda sayangi?”

102	IP	“Yaa, berkorban semampunya. kalau untuk anak apa saja tak lakukan. Tapi ngga juga sih.”
103	HN	“Bagaimana pendapat anda mengenai perasaan kasih sayang anda kepada orang lain?”
104	IP	“Kalau mereka sayang sama anak saya, yaa tak sayang balik.”
105	HN	“Bisakah anda jelaskan perasaan anda jika orang lain tidak menerima kondisi anda?”
106	IP	“Ya memang ngga ada yang menerima keadaan saya.”
107	HN	“Jika keluarga anda tidak menerima keadaan anda sekarang ini, apakah anda membenci keluarga anda?”
108	IP	“Ngga, Cuma keluar dari rumah saja, ngga satu rumah.”
109	HN	“Apa yang anda lakukan ketika keluarga anda direndahkan?”
110	IP	“Seringnya direndahkan, saya cukup ngerti, ngga usah diambil pusing pergi dari sini aja.”
111	HN	“Apakah anda pernah dikecewakan oleh orang lain?”
112	IP	“Sering mas, sakit dikecewain.”
113	HN	“Bagaimana pendapat anda mengenai orang lain yang sudah baik kepada anda?”
114	IP	“Yaa, terima kasih banyak udah sayang sama saya, terus bantu saya.”
115	HN	“Bisakah anda jelaskan mengenai orang lain yang menjadikan anda enggan menjalin hubungan baik dengan orang lain?”
116	IP	“Yaa itu mas, belakang rumah sukanya ngejelek-jelekin saya.”
117	HN	“Pernahkah anda merasa takut atau trauma untuk mempercayai orang lain?”
118	IP	“Iyaa ada sering takut dan trauma.”
119	HN	“Jika kemudian hari anda kembali mempercayai orang lain, apakah anda masih ingin saling berbagi rahasia?”
120	IP	“Iyaa, tapi ngga sama orang yang udah nyakitin sama bikin kecewa.”

Lampiran 3. 2 Verbatim Wawancara Subjek II

Transkrip Wawancara Subjek 2 (SF)

1. Wawancara subjek 2

Wawancara dilakukan pada :

Tanggal : 27 April 2025
Waktu : 12.51
Tempat : Rumah Subjek
Peneliti : HN
Subjek : SF
Usia : 28 Tahun
Jenis Kelamin : Laki-laki
Pendidikan Terakhir : SMP
Pekerjaan : Freelance
Agama : Islam
Status Perkawinan : Cerai Hidup Anak 1
Tempat Tinggal : RT. 19 RW. 02 Desa Randudongkal
Pendapatan : 30.000,- perhari

2. Tabel Hasil Wawancara

No	Keterangan	Pertanyaan
1	HN	“Bagaimana anda dalam menilai diri anda sendiri?”
2	SF	“Susah mas, ngga taulah. Tidak bisa menilai diri sendiri.”
3	HN	“Bisakah anda jelaskan situasi yang anda hadapi saat ini?”
4	SF	“Pusing mas, Ya kaya gini mas kehidupan, sendirian banyak pikiran kesana kesini ngga jelas. Pikiran.e buat kedepannya biar baik.”
5	HN	“Apakah anda pernah kecewa dengan diri anda?”
6	SF	“Sering mas, kadang nyerah, sering kecewalah mas. Kadang salah mengambil keputusan, gegabah, dan sering terjadi terjadi.”
7	HN	“Bagaimana anda menjalani kehidupan anda sehari-hari?”
8	SF	“Ya biasa, kaya seperti ngga ada apa-apa, padahal pusing.”
9	HN	“Pernahkah anda merasa marah pada keadaan anda saat ini?”

10	SF	“Pernah mas, kok hidup kaya gini ya, kok beda sama yang lain. seringnya merasa gitu. Saat marah tak lampiaskan nangis mas saat sendiri dirumah, kalau diluar rumah ngga pernah.”
11	HN	“Bagaimana menurut anda, tanggapan dari orang-orang sekitar mengenai diri anda?”
12	SF	“Ya kadang kasihan, kasihannya karena hidup sendirian, orang tua sudah meninggal semuanya, saudara sudah punya tempat tinggal sendiri.”
13	HN	“Bisakah anda jelaskan perasaan ketika anda berbeda dengan lingkungan dan orang-orang sekitar ketika lebih baik dari pada anda?”
14	SF	“Sedih mas, kog kaya gini ya. Ya kaya gitu mas, diungkapkan ngga bisa. Susah menjelaskan, sedih pokoknya mas.”
15	HN	“Apakah anda menerima kekurangan diri anda?”
16	SF	“Mencoba menerima, walaupun keadaanya seperti ini.”
17	HN	“Apakah anda menyesal terhadap kekurangan yang anda miliki?”
18	SF	“Yaa, kadang merasa menyesal, selalu serba kurang, ngga punya usaha sendiri masih ikut orang. Ingin memulai sendiri takut gagal.”
19	HN	“Pernahkah anda merasa bahwa kekurangan yang anda miliki menjadi penghambat atau masalah?”
20	SF	“Pernah mas, sering sekali merasakan seperti itu. Karena sering merasa takut gagal. Itu masalah yang saya hadapi mas. Dan masalah terbesar saya takut sama diri sendiri karena kegagalan itu mas. Disisi lain ngga ada yang diajak sharing.”
21	HN	“Bagaimana anda dalam memandang kehidupan dimasa lalu?”
22	SF	“Pahit mas, ya banyaklah lika liku yang terjadi, karena dari kecil sudah susah, apa-apa sendiri. Walaupun dulu bapak sama ibu masih ada tapi ikut kakek jadinya apa-apa sendiri dari usia 7 tahun.”
23	HN	“Bisakah anda jelaskan kejadian kehidupan masa lalu yang anda hadapi?”
24	SF	“Kejadiannya gini mas, saat saya melihat teman-teman pada asik

		bermain, sedangkan saya harus bekerja bantu kakek, mau ikut main dilarang oleh kakek. Kalau ketahuan main ngga dikasih makan dan ngga boleh pulang. Di paksa susah dari kecil mas. Sampe setiap hari nangis, dipukul kalau ngga nurut. Sampai sekarang masih terbayang kalau ada orang yang nggentak saya langsung ketakutan, sampai sekarang dibawa mimpi dipukul dimarah-marahi di gentak-gentak. Kalau main terus suruh pulang ikut ibu tiri. Alasan ikut kakek karena hanya kakek yang peduli. Bapak ikut ibu tiri, ibu udah meninggal saat saya usia 8 bulan. Sedih mas sampai sekarang masih terbayang.”
25	HN	“Apakah anda menerima semua keadaan yang terjadi dimasa lalu?”
26	SF	“Kalau untuk sekarang berusaha menerima mas, kalau dulu masih usia 20 tahun perasaan benci saya meledak-ledak ngga terima sama keadaan. Yang menjadikan sekarang lebih menerima ya keadaan mas, berupaya selalu belajar.”
27	HN	“Bagaimana sikap anda terhadap kejadian yang tidak mengenakan yang pernah anda alami dimasal lalu?”
28	SF	“Ya marah, cuman bisa diam tak pendam, melampiaskan karena tekanan istri, belum masalah ekonomi, terus tanpa pikir panjang saya melakukan sesuatu yang merugikan dan memperkeruh situasi, yang awalnya menenangkan masalah malah jadi tambah masalah. Sampai berhujung perceraian sama istri. Saya nikah usia 22 tahun istri usia 20 tahun.”
29	HN	“Pernahkan anda putus asa dengan keadaan masa lalu anda?”
30	SF	“Sering mas, kehilangan orang yang saya sayangi, kehilangan anak dan istri putus asa pikirannya mau hidupa atau tidak bodo amat, dan saya hampir mengakhiri hidup. Makanya kalau lagi sendiri pikirannya kemana-mana mas. Jadi saya pulang ke rumah kalau sudah benar-benar ngantuk. Dulu mau bunuh diri usia 23 tahun. Pernikahan saya hanya 1 tahun saja.”
31	HN	“Bagaimana pandangan anda tentang kehidupan yang anda jalani saat

		ini?”
32	SF	“Kalau sekarang selalu berusaha untuk tidak seperti dulu, berusaha memulai hal-hal yang baik untuk masa depan.”
33	HN	“Bisakah anda jelaskan situasi yang anda hadapi saat ini?”
34	SF	“Kalau untuk sekarang agak mending, ya walaupun kadang masih berat.”
35	HN	“Apakah anda merasa tidak puas dengan kehidupan saat ini?”
36	SF	“Kalau untuk saat ini puas, walaupun berat dijalani.”
37	HN	“Bagaimana sikap anda terhadap kejadian yang tidak menyenangkan saat ini?”
38	SF	“Kalau untuk sekarang ngga kaya dulu, sekarang lebih hati-hati, nyari solusi ngga mau gegabah seperti pengalaman yang dulu.”
39	HN	“Pernahkah anda berpikir negatif mengenai kehidupan saat ini?”
40	SF	“Pernah, negatifnya kadang takut sendirian, takut ngga bisa apa-apa, takut gagal. Perasaan takut karena ngga punya siapa-siapa lagi.”
41	HN	“Bagaimana pandangan anda terhadap orang yang memuji tentang diri anda?”
42	SF	“Kalau sekarang biasa saja mas, kalau dulu langsung besar kepala, kalau sekarang halah apaan gitu.”
43	HN	“Apakah anda tersinggung dengan pujian yang orang lain berikan?”
44	SF	“Dulu iya, sekarang ngga.”
45	HN	“Bisakah anda jelaskan perasaan anda ketika direndahkan oleh orang lain?”
46	SF	“Perasaan kadang kaya gini yah, apa karena fisik apa karena ngga punya apa-apa. Sedih mas sakit kalau di rendahkan.”
47	HN	“Bagaimana sikap anda ketika apa yang diharapkan tidak sesuai dengan kenyataan?”
48	SF	“Sangat kecewa, diam ngga mau berkata apa-apa. Diam sampai keadaan sudah membaik.”
49	HN	“Pernahkah anda kecewa dengan kehidupan yang anda jalani?”

50	SF	“Sering kecewa mas.”
51	HN	“Bagaimana pandangan anda tentang kelebihan yang anda miliki?”
52	SF	“Untuk diri sendiri memulai kehidupan yang lebih baik dari sebelum-sebelumnya biar ngga kaya dulu lagi.”
53	HN	“Bisakah anda jelaskan apa saja yang menghambat anda untuk mencapai kehidupan yang lebih baik?”
54	SF	“Banyak mas. Satu, kurangnya support dari orang terdekat, saudara. Kedua kaya mau mulai usaha sering mikir-mikir ragu-ragu mau mulai terlalu panjang mikirnya jadinya takut gagal. Ketiga, faktor keuangan mas itu yang paling menghambat, karena sendiri takut gagal dan kebutuhan hanya pas-pasan.”
55	HN	“Apakah anda merasa tidak puas dengan kelebihan yang anda miliki?”
56	SF	“Ngga puas mas, karena saya harus terus belajar.”
57	HN	“Apa yang anda lakukan dalam mengembangkan kelebihan anda?”
58	SF	“Kalau itu dengan tindakan mas, selama ini saya hanya wacana saja angan-angan saja, ya itu karena takut gagal, takut salah.”
59	HN	“Pernahkah anda merasa kelebihan yang anda miliki justru merugikan anda?”
60	SF	“Sering mas, seperti misal saya tau ini itu tapi justru dikira saya melakukan yang tidak baik oleh teman-teman dibilang aja aneh-anehlah itulah ya begitulah mas.”
61	HN	“Bagaimana hubungan anda dengan orang-orang disekitar anda?”
62	SF	“Mungkin baik, tergantung kitanya juga sih. kalau kita baik insya Allah lingkungan baik.”
63	HN	“Bisakah anda jelaskan tentang teman-teman anda saat melihat keadaan anda sekarang?”
64	SF	“Ya sangat kasihan mas, kadang mereka bilang; aku saja yang ada orang tua masih bingung, apalagi yang sudah ngga punya siapa-siapa. Sebagian teman-teman perhatian, walaupun banyak yang toxic seperti cara menanggapi malah menjudge kadang diceritakan

		keorang lain berbeda ngga sesuai kenyataan. Itu yang saya benci.”
65	HN	“Apakah anda masih menjalin hubungan baik dengan keluarga anda?”
66	SF	“Alhamdulillah baik, untuk keluarga nomer satu.”
67	HN	“Bagaimana dengan teman masa kecil anda, apakah masih berkomunikasi?”
68	SF	“Teman masa kecil sudah ngga ada kabar.”
69	HN	“Pernahkah anda dikecewakan oleh orang-orang sekitar anda?”
70	SF	“Pernah mas, tapi lupa saya ngga ada dendam.”
71	HN	“Apakah anda memiliki teman khusus?”
72	SF	“Ada, untuk sharing curhat.”
73	HN	Bagaimana hubungan anda dengan teman khusus anda tersebut?
74	SF	“Sampai sekarang baik, ngga ada masalah, bahkan saling support.”
75	HN	“Bisakah anda jelaskan tentang anda dan teman khusus anda dalam menghadapi keadaan sekarang?”
76	SF	“Yaa, paling kalau pas lagi bareng saling mengingatkan untuk selalu berusaha untuk optimis.”
77	HN	“Bagaimana anda dalam menjalin hubungan erat saling percaya dengan orang-orang sekitar?”
78	SF	“Kalau saya ya, saling percaya selalu berupaya baik dilingkungan.”
79	HN	“Jika anda memiliki rahasia, apakah rahasia tersebut akan disampaikan dengan teman khusus anda?”
80	SF	“Ngga juga mas. Karena privasi mas. Lebih memilih saya pendam dihati.”
81	HN	“Bagaimana jika anda melihat orang yang butuh bantuan anda, tindakan apa yang anda lakukan?”
82	SF	“Kadang penginnnya bantu, selagi ada. Yaa walaupun sedikit-sedikit tetap berusaha membantu. Bahkan sering membantu dan dikecewakan. Seringnya saya kesusahan malah bingung sendiri.”
83	HN	“Apakah anda peduli dengan keadaan orang lain?”
84	SF	“Peduli, saya pernah bawa temen dari semarang hidup disini mas

		sampai 2 tahun ya makan seadanya ya alhamdulillah. Sering peduli walaupun keadaan saya susah. Intinya saya berusaha membantu.”
85	HN	“Bisakah anda jelaskan mengenai orang yang tidak peduli dengan anda, akan tetapi butuh bantuan anda, tindakan apa yang anda lakukan?”
86	SF	“Kadang saya merasa ilfeel, kenapa giliran susah kesaya, saat saya susah ngga pernah bantu sama sekali. Saat saya butuh dia ngga peduli. Dan itu sering terjadi mas, mereka memanfaatkan saya.”
87	HN	“Bagaimana sikap anda ketika melihat orang sekitar anda bahagia?”
88	SF	“Ikut senang mas.”
89	HN	“Pernahkah anda menyinggung atau iri terhadap pencapaian orang lain?”
90	SF	“Ngga mas, kita berusaha saling support.”
91	HN	“Apakah anda membantu orang-orang disekitar anda?”
92	SF	“Iya berusaha membantu mas, cuman ya ngga sering. Kalau saya mampu ya tak bantu.”
93	HN	“Dalam kehidupan sehari-hari pernahkah anda merasakan peduli atau kasihan dengan orang lain?”
94	SF	“Setiap hari penginnnya begitu mas, karena jadi orang kalau ngga ada yang peduli kasihan mas, saya merasakan itu.”
95	HN	“Bagaimana tindakan anda ketika ada orang yang curhat kepada anda?”
96	SF	“Ya sebisa mungkin kita, ngasih solusi. Karena juga sama-sama susah kadang yang mereka curhatkan pernah saya alami, intinya sih biar ngga seperti saya yang sampai merugikan diri sendiri. Pokoknya jangan sampai kejadian seperti saya.”
97	HN	“Bisakah anda jelaskan jika anda memiliki sesuatu akan tetapi cukup hanya untuk kebutuhan anda, akan tetapi ada orang yang lebih membutuhkan, tindakan apa yang anda lakukan?”
98	SF	“Ya kadang lebih mentingkan orang yang lebih butuh, walaupun saya

		lebih membutuhkan, selagi saya punya ya tak kasih.”
99	HN	“Apa tindakan anda ketika ada orang yang curhat tentang rahasia orang tersebut kepada anda?”
100	SF	“Ya sebisa mungkin saya menjaga itu, karena saya merasa dipercaya.”
101	HN	“Apakah anda rela berkorban untuk orang-orang yang anda sayangi?”
102	SF	“Pasti itu mas, harus itu, mungkin kalau dulu saat masih usia 25 tahunan saya ngga peduli dengan siapapun mas. Karena ngga ada orang yang mengertikan keadaan saya gegabah pokoknya, ngga mikir kedepan ngga mikir nanti gimana wah parah. Yang merubah saya sadar bahwa perlu berkorban untuk orang yang saya cinta karena bertambahnya usia mas.”
103	HN	“Bagaimana pendapat anda mengenai perasaan kasih sayang anda kepada orang lain?”
104	SF	“Kadang kita peduli, kadang ngga tergantung kepada siapa perasaan itu mas, kadang malah saya yang dilupakan. Kadang lagi semakin peduli malah mereka menyepelekan.”
105	HN	“Bisakah anda jelaskan perasaan anda jika orang lain tidak menerima keadaan anda?”
106	SF	“Kalau sekarang bodo amat, ya sudahlah menyesuaikan dengan diri siapa saja yang mau main sama saya ya monggo.”
107	HN	“Jika keluarga anda tidak menerima keadaan anda sekarang ini, apakah anda membenci keluarga anda?”
108	SF	“Tidak mas, kalau untuk keluarga tetap nomer satu, apapun yang terjadi, karena apapun nanti yang terjadi pasti keluarga kita yang membantu.”
109	HN	“Apa yang anda lakukan ketika keluarga anda direndahkan?”
110	SF	“Saya ngga terima mas, kaya dulu pas saya masih nikah keluarga saya dibawa-bawa sama mantan istri saya, direndahkan sama mantan istri saya, itu yang membuat saya langsung marah dan memutuskan untuk mengakhiri hubungan dengan mantan istri saya. Pokoknya untuk

		keluarga adalah harga diri. Malah mending saya yang direndahkan.”
111	HN	“Apakah anda pernah dikecewakan oleh orang lain?”
112	SF	“Sering dikecewakan sampai sekarang. Ada yang mendekat butuh kitanya saja tapi ngga susahnya kita.”
113	HN	“Bagaimana pendapat anda mengenai orang lain yang sudah baik kepada anda?”
114	SF	“Sebisa mungkin bantulah, suatu saat tak balas kebaikan, walaupun yang sudah baik ngga mau dibalas tapi saya berusaha tetep membalas kebaikan itu.”
115	HN	“Bisakah anda jelaskan mengenai orang lain yang menjadikan anda enggan menjalin hubungan baik dengan orang lain?”
116	SF	“Kalau kaya gitu, ngga mas, saya tetep berusaha tetap menjalin hubungan dengan siapa saja yang baik ya ngga pilah pilih.”
117	HN	“Pernahkah anda merasa takut atau trauma untuk mempercayai orang lain?”
118	SF	“Untuk percaya sampai sekarang ada ketakutan mas, karena sering dihianati.”
119	HN	“Jika kemudian hari anda kembali mempercayai orang lain, apakah anda masih ingin saling berbagi rahasia?”
120	SF	“Kalau memang dia mengakui kesalahannya ya masih bisa saya percaya. Karena saya orangnya ngga mau tak ambil pusing mas, yang penting dia mau tetap berhubungan dengan saya. Dan saya berpikir seperti ini saat baru masuk usia 28 tahun mas. Sebelum itu ngga karuan dan yang menjadikan saya sadar ya kehilangan orang-orang terdekat orang-orang yang disayang terutama orang tua, dan yang mendorong sadar adalah lingkungan dari temen-temen yang baik walaupun sebelum itu lebih sering ketemu orang jahat, dan niat dari diri sendiri mas masa saya mau kaya gini terus.”

Lampiran 3. 3 Verbatim Wawancara Subjek III

Transkrip Wawancara Subjek 3 (SR)

1. Wawancara subjek 3

Wawancara dilakukan pada :

Tanggal : 29 April 2025
Waktu : 09.28
Tempat : Rumah Subjek
Peneliti : HN
Subjek : SR
Usia : 35 Tahun
Jenis Kelamin : Perempuan
Pendidikan Terakhir : SD
Pekerjaan : Ibu Rumah Tangga
Agama : Islam
Status Perkawinan : Kawin Anak 3
Tempat Tinggal : RT. 08 RW. 02 Desa Semingkir
Pendapatan : 150.000,- perminggu

2. Tabel Hasil Wawancara

No	Keterangan	Pertanyaan
1	HN	“Bagaimana anda dalam menilai diri anda sendiri?”
2	SR	“Saya masih banyak kekurangan apalagi masalah ekonomi.”
3	HN	“Bisakah anda jelaskan situasi yang anda hadapi saat ini?”
4	SR	“Yang sekarang dihadapi ekonomi yang kurang baik.”
5	HN	“Apakah anda pernah kecewa dengan diri anda?”
6	SR	“Ya, sering kecewa, cuman saya selalu berusaha.”
7	HN	“Bagaimana anda menjalani kehidupan anda sehari-hari?”
8	SR	“Kehidupannya ya kaya gini mas serba kekurangan.”
9	HN	“Pernahkah anda merasa marah pada keadaan anda saat ini?”
10	SR	“Terkadang sih, berusaha menjalankan ikhlas.”
11	HN	“Bagaimana menurut anda, tanggapan dari orang-orang sekitar

		mengenai diri anda?”
12	SR	“Tanggapannya seringnya kasihan apa-apa serba kurang, tidak mampu.”
13	HN	“Bisakah anda jelaskan perasaan ketika anda berbeda dengan lingkungan dan orang-orang sekitar ketika lebih baik dari pada anda?”
14	SR	“Seringnya merasa minder mas, kadang merasa kog seperti ini. Saya selalu diam karena tetangga sukanya ikut campur urusan orang. Seperti saya beli sesuatu saya di rendahkan orang miskin itu jangan banyak gaya beli ini itu beli untuk kebutuhan makan dulu. Contoh beli kramik.”
15	HN	“Apakah anda menerima kekurangan diri anda?”
16	SR	“Berusaha menerima mas.”
17	HN	“Apakah anda menyesal terhadap kekurangan yang anda miliki?”
18	SR	“Selalu berusaha untuk tidak menyesali.”
19	HN	“Pernahkah anda merasa bahwa kekurangan yang anda miliki menjadi penghambat atau masalah?”
20	SR	“Pernah, sering malah mas, apa karena saya miskin Cuma gini-gini saja.”
21	HN	“Bagaimana anda dalam memandang kehidupan dimasa lalu?”
22	SR	“Kalau masa lalu berbeda dengan sekarang, kalau sekarang hidup rumah tangga harus bekerja keras untuk memenuhi kebutuhan hidup, kalau dulu masih sendiri jadinya kebutuhannya untuk sendiri, jadi dulu lebih sedikit kebutuhannya dibandingkan saat ini.”
23	HN	“Bisakah anda jelaskan kejadian kehidupan masa lalu yang anda hadapi?”
24	SR	“Kalau dulu kerja selalu diatur sama bos, kalau sekarang tidak karena diatur sama suami. Walaupun suaminya seperti itu. Suami saya kerjanya penggembala bebek mas, penghasilannya tidak mencukupi kebutuhan sehari-hari jadi karena saya dari kecil sudah mandiri dulu kerja asisten rumah tangga terakhir kerja tahun 2015, jadinya ya saya

		berusaha untuk membantu ekonomi keluarga semampunya.”
25	HN	“Apakah anda menerima semua keadaan yang terjadi dimasa lalu?”
26	SR	“Ya, berusaha untuk menerima mas, untuk pengalaman saja. Tapi seringnya mengingat biar lebih hati-hati untuk bekal masa depan.”
27	HN	“Bagaimana sikap anda terhadap kejadian yang tidak mengenakan yang pernah anda alami dimasal lalu?”
28	SR	“Saya lebih sering diam mas. Lalu mengingat-ingat oh ternyata gini.”
29	HN	“Pernahkan anda putus asa dengan keadaan masa lalu anda?”
30	SR	“Ya dibilang putus asa gimana ya mas, lah mungkin takdirnya jadi orang susah, ya diterima saja.”
31	HN	“Bagaimana pandangan anda tentang kehidupan yang anda jalani saat ini?”
32	SR	“Pandangannya ya lumayan susah mas. Selagi bisa berusaha untuk berpikir positif ya saya jalani. Kalau pikiran lagi negatif ya saya diam sampai keadaan sudah membaik.”
33	HN	“Bisakah anda jelaskan situasi yang anda hadapi saat ini?”
34	SR	“Situasinya ekonomi mas, sebelum suami kerja saya dulu kerja mencari bekas padi anak-anak saya tinggal biasanya 2 jam berangkat jam 8 pulang jam 10, anak saya 3 yang anak pertama sudah kelas 2 SD, padi yang tadi untuk saya kumpulkan kalau banyak saya jual, kalau sedikit saya bawa pulang buat makan sama anak-anak. Yang penting anak bisa makan mas.”
35	HN	“Apakah anda merasa tidak puas dengan kehidupan saat ini?”
36	SR	“Paling merasa kok punya suami kaya gini, sukanya main judi, sukanya hutang. Ya dijalani saja mas.”
37	HN	“Bagaimana sikap anda terhadap kejadian yang tidak menyenangkan saat ini?”
38	SR	“Kadang saat ada orang ya diam, kalau tidak ada orang saya melampiaskan amarah saya. Setelah itu ya sudahlah lagian marah kaya apapun ya tidak merubah biar lebih baik. ”

39	HN	“Pernahkah anda berpikir negatif mengenai kehidupan saat ini?”
40	SR	“Berpikir negatifnya gini mas, apa karena saya salah. Kok tetangga sering menggunjing saya, apa karena saya berbeda sendiri dengan mereka, saya jarang kumpul sama tetangga saya dirumah saja sama anak kalau tidak ya ke sawah nyari bekas padi.”
41	HN	“Bagaimana pandangan anda terhadap orang yang memuji tentang diri anda?”
42	SR	“Ya dipuji mas, saya sudah salah malah dipuji. Lah sudahlah sederhana saja mas. Kadang saya biarkan terserah mereka mau ngomong apa. Pertama di jelek-jelekan setelah itu dipuji. Lah kaya saya bodo amat mas ngga saya hiraukan.”
43	HN	“Apakah anda tersinggung dengan pujian yang orang lain berikan?”
44	SR	“Sering tersinggung mas. Sering dijelek-jelekan bikin saya marah. Kaya saya saat mau ambil sisa padi pasti di omong dan lagi-lagi ngomong. Omongan yang ngga mengenakan.”
45	HN	“Bisakah anda jelaskan perasaan anda ketika direndahkan oleh orang lain?”
46	SR	“Kadang saya merasa menjawab membalas dengan omongan, tapi orang yang merendahkan marah. Jadinya ya akhirnya ribut mas.”
47	HN	“Bagaimana sikap anda ketika apa yang diharapkan tidak sesuai dengan kenyataan?”
48	SR	“Kadang, ya sudahlah mungkin rejekinya segini. Tetap berusaha tak jalani. Suami saya juga kaya gitu.”
49	HN	“Pernahkah anda kecewa dengan kehidupan yang anda jalani?”
50	SR	“Kadang kecewa, dan ngga menyangka kog hidup saya kaya gini.”
51	HN	“Bagaimana pandangan anda tentang kelebihan yang anda miliki?”
52	SR	“Kelebihan saya bisa berusaha semampunya saya, intinya kalau bisa sering berbagi.”
53	HN	“Bisakah anda jelaskan apa saja yang menghambat anda untuk mencapai kehidupan yang lebih baik?”

54	SR	“Hambatan saya tetangga mas, seringnya merendahkan, menjelek-jelekan dan suka ribut sama suami.”
55	HN	“Apakah anda merasa tidak puas dengan kelebihan yang anda miliki?”
56	SR	“Berusaha untuk puas mas.”
57	HN	“Apa yang anda lakukan dalam mengembangkan kelebihan anda?”
58	SR	“Kadang mengembangkannya mungkin sabar ya mas. Kaya pas gagal ya berusaha untuk bangkit.”
59	HN	“Pernahkah anda merasa kelebihan yang anda miliki justru merugikan anda?”
60	SR	“Pernah saya merasakan seperti itu mas, duh saya jadi orang baik kok salah terus dimata tetangga. Kaya gitu mas.” Jadi orang baik direndahkan terus atau saya jadi orang jahat saja ya. Gitu mas.”
61	HN	“Bagaimana hubungan anda dengan orang-orang disekitar anda?”
62	SR	“Hubungannya biasa saja mas.”
63	HN	“Bisakah anda jelaskan tentang teman-teman anda saat melihat keadaan anda sekarang?”
64	SR	“Ya itu, dih kasihan banget ya, dimana-mana orang bilangnye kasihan bilang kasihan tapi ngga bantu. Kalau saya lebih baik berusaha nyari dari pada dikasihani.”
65	HN	“Apakah anda masih menjalin hubungan baik dengan keluarga anda?”
66	SR	“Masih mas. Paling sama kakak sukanya ribut tidak akur. Penyebabnya kurang tau mas dari dulu sukanya gitu sama saya.”
67	HN	“Bagaimana dengan teman masa kecil anda, apakah masih berkomunikasi?”
68	SR	“Jarang mas, paling kalau ketemu di jalan tanya kabar gitu, ya kadang merasa kasihan sama saya bilang gini kasihan banget kehidupanmu ya ti.”
69	HN	“Pernahkah anda dikecewakan oleh orang-orang sekitar anda?”
70	SR	“Kecewa sih tidak, cuman kadang mikir kaya gini banget ya dirumah orang-orang pada merendahkan. Ya ikutnya sering dikecewakan mas.

		Saya berusaha untuk menghargai biar ngga ribut. Sukanya nyindir mas kalau saya lagi lewat orang-orang menggunjing saya.”
71	HN	“Apakah anda memiliki teman khusus?”
72	SR	“Ngga punya mas.”
73	HN	“Bagaimana hubungan anda dengan teman khusus anda tersebut?”
74	SR	“Ya ngga punya hubungan mas.”
75	HN	“Bisakah anda jelaskan tentang anda dan teman khusus anda dalam menghadapi keadaan sekarang?”
76	SR	“Tidak punya teman dekat mas.”
77	HN	“Bagaimana anda dalam menjalin hubungan erat saling percaya dengan orang-orang sekitar?”
78	SR	“Paling saling percayanya saling menghargai kaya orang itu memberi apa nanti suatu saat saya gantian memberi, kaya gitu mas.”
79	HN	“Jika anda memiliki rahasia, apakah rahasia tersebut akan disampaikan dengan teman khusus anda?”
80	SR	“Paling ke orang yang terpercaya yang deket, cerita ya gitu biasane masalah suami mas.”
81	HN	“Bagaimana jika anda melihat orang yang butuh bantuan anda, tindakan apa yang anda lakukan?”
82	SR	“Saya bantu selagi saya mampu.”
83	HN	“Apakah anda peduli dengan keadaan orang lain?”
84	SR	“Saya malah peduli ke orang lain dari pada peduli kediri sendiri mas.”
85	HN	“Bisakah anda jelaskan mengenai orang yang tidak peduli dengan anda, akan tetapi butuh bantuan anda, tindakan apa yang anda lakukan?”
86	SR	“Kadang saya bantu karena tolong menolong, seperti tetangga sakit karena saya ada rejeki beras ya saya berikan.”
87	HN	“Bagaimana sikap anda ketika melihat orang sekitar anda bahagia?”
88	SR	“Biasa saja mas.”
89	HN	“Pernahkah anda menyinggung atau iri terhadap pencapaian orang

		lain?”
90	SR	“Tidak pernah mas, karena saya orangnya dirumah saja.”
91	HN	“Apakah anda membantu orang-orang disekitar anda?”
92	SR	“Ya saya berusaha membantu, berusaha saling berbagi.”
93	HN	“Dalam kehidupan sehari-hari pernahkah anda merasakan peduli atau kasihan dengan orang lain?”
94	SR	“Ya peduli mas, kadang pedulinya orangnya ngga punya uang saya pinjemin walaupun saya juga butuh.”
95	HN	“Bagaimana tindakan anda ketika ada orang yang curhat kepada anda?”
96	SR	“Saya dengarkan, kalau bisa dibantu ya tak bantu.”
97	HN	Bisakah anda jelaskan jika anda memiliki sesuatu akan tetapi cukup hanya untuk kebutuhan anda, akan tetapi ada orang yang lebih membutuhkan, tindakan apa yang anda lakukan?
98	SR	“Kadang saya berpikir, dibantu walaupun sedikit”
99	HN	“Apa tindakan anda ketika ada orang yang curhat tentang rahasia orang tersebut kepada anda?”
100	SR	“Paling saya dengarkan, cukup mengerti, ngga usah disampaikan kesiapa-siapa.”
101	HN	“Apakah anda rela berkorban untuk orang-orang yang anda sayangi?”
102	SR	“Ya rela berkorban mas, terutama untuk anak biar anak bisa makan setiap harinya biar anak terus sekolah.”
103	HN	“Bagaimana pendapat anda mengenai perasaan kasih sayang anda kepada orang lain?”
104	SR	“Biasa saja mas. Kadang saling sharing memberikan saran.”
105	HN	“Bisakah anda jelaskan perasaan anda jika orang lain tidak menerima keadaan anda?”
106	SR	“Paling saya diam, karena kalau ditanggapi pasti ribut mas.”
107	HN	“Jika keluarga anda tidak menerima keadaan anda sekarang ini, apakah anda membenci keluarga anda?”

108	SR	“Tetap masih sayang, Cuma saya menghindar saja mas. Kaya ngajak anak main biar ngga ribut.”
109	HN	“Apa yang anda lakukan ketika keluarga anda direndahkan?”
110	SR	“Kadang merasa tidak terima mas, paling menjawab tak tanggapai kalau orangnya merendahkan. Kaya orang tua saya diejek karena miskin ya saya tanggapai sampai akhirnya ribut mas. Padahal sama-sama miskin bedanya dia dapat bantuan dari pemerintah.”
111	HN	“Apakah anda pernah dikecewakan oleh orang lain?”
112	SR	“Sering mas, kadang saya bantu orangnya tidak menghargai dan malah di ejek akhirnya saya jadi minder.”
113	HN	“Bagaimana pendapat anda mengenai orang lain yang sudah baik kepada anda?”
114	SR	“Terima kasih sudah memahami sifatnya saya.”
115	HN	“Bisakah anda jelaskan mengenai orang lain yang menjadikan anda enggan menjalin hubungan baik dengan orang lain?”
116	SR	“Paling sayanya yang menghindar mungkin mas, saya takut menyinggung orang lain, seringnya saya mengalahkan mas.”
117	HN	“Pernahkah anda merasa takut atau trauma untuk mempercayai orang lain?”
118	SR	“Cuma kadang berpikir hati-hati mas. Saya trauma sama kakak saya mas, takut kakak saya marah. Keadaan kita sama-sama susah sih mas. Ya dihati-hati saja mas. Sejak saya punya anak 1 sampai 3 kakak saya sukanya menindas saya dan saya takut sampai sekarang mas. Traumanya kalau anaknya lagi main disini kadang anaknya bilang ini itu, rumahnya samping saya. saya merasa tertekan kalau ada orangnya saya langsung masuk ke rumah. Masalah awalnya sepele mas, dulu saat saya kerja jadi asisten rumah tangga kakak saya sering tak kasih mas, kakak saya perempuan, setelah saya menikah saya sudah ngga pernah ngasih apa-apa, sejak itu kakak saya kaya gitu sama saya mas.”
119	HN	“Jika kemudian hari anda kembali mempercayai orang lain, apakah

		anda masih ingin saling berbagi rahasia?"
120	SR	“Kalau masih bisa dipercaya ya saya tetap berbagi rahasia. Kalau ngga dipercaya ya ngga mas, khawatir nanti di umbar-umbar ke orang jadinya nambah masalah nanti jadi ribut lagi. Sudah sering ribut mas sama tetangga makanya saya sekarang jarang keluar rumah. Dirumah ya digunjing kalau keluar ya diejek.”

Lampiran 3. 4 Verbatim Wawancara Subjek IV

Transkrip Wawancara Subjek 4 (MJ)

1. Wawancara subjek 4

Wawancara dilakukan pada :

Tanggal : 28 April 2025
Waktu : 14.23
Tempat : Rumah Subjek
Peneliti : HN
Subjek : MJ
Usia : 37 Tahun
Jenis Kelamin : Perempuan
Pendidikan Terakhir : SMP
Pekerjaan : Ibu Rumah Tangga
Agama : Islam
Status Perkawinan : Kawin Anak 4 (1 anak mengalami downsindrom)
Tempat Tinggal : RT. 09 RW. 03 Desa Karangmoncol
Pendapatan : 1.200.000,- perbulan

2. Tabel Hasil Wawancara

No	Keterangan	Pertanyaan
1	HN	“Bagaimana anda dalam menilai diri anda sendiri?”
2	MJ	“Waah, kalau itu ya serba kekurangan, penginnya jadi seorang istri dan ibu yang baik untuk anak-anak, soalnya sering emosi belum bisa mengendalikan kalau marah, belum bisa ngontrol emosi mas, apalagi keadaan anak masih kecil-kecil, itu yang satu anak saya anak istimewa, yaa perlu banyak sabarnya.”
3	HN	“Bisakah anda jelaskan situasi yang anda hadapi saat ini?”
4	MJ	“Lagi menikmati keadaan yang mungkin (pck), gimana yah mungkin orang lihatnya ayem, padahal aslinya pusing. Gimana ngga pusing mas kebutuhan banyak sedangkan penghasilan seginikan, ada yang pernah minjam uang, halah saya aja setiap hari pusing sendiri malah

		minjam uang.”
5	HN	“Apakah anda pernah kecewa dengan diri anda?”
6	MJ	“Masalah kecewa mungkin adalah, kecewa mungkin gini aku kog kaya gini yah, kecewa gini nyesel adanya di akhir. Kaya habis marahi anak, ngga kerasa tanpa sadar saya mukul anak. Kadang sama suami marah-marah ngga ada salah ya tetep tak marahi.”
7	HN	“Bagaimana anda menjalani kehidupan anda sehari-hari?”
8	MJ	“Kalau menjalani ya, jalani saja. Apa adanya, kadang, gimana sih ya namanya orang hidup ya kalau seneng ya ditepuhin, kalau lagi susah ya gitulah. Ngga tau ah mas, aku orangnya bodo amat, yang penting ngga ngerepoti orang lain.”
9	HN	“Pernahkah anda merasa marah pada keadaan anda saat ini?”
10	MJ	“Pernah, sering malah. Masalah ekonomi mas bertengkar sama suami 2 hari ngga berbicara sama suami, ya gimana lagi karena keadaan bertengkar pun ya ngga ada solusinya. Jadi ya baikan lagi.”
11	HN	“Bagaimana menurut anda, tanggapan dari orang-orang sekitar mengenai diri anda?”
12	MJ	“Mungkin ada mas, kalau yang ngga suka ya menjelek-jelekan, kalau yang tau sifat saya yaa sudah paham kalau saya orang.e gitu. Kalau ngajak ribut ya ribut saja. Walaupun kadang mikir ribut ngga penting.”
13	HN	“Bisakah anda jelaskan perasaan ketika anda berbeda dengan lingkungan dan orang-orang sekitar ketika lebih baik dari pada anda?”
14	MJ	“Yaa kadang pas kumpul-kumpul kaya ngerasa minder karena saya orang ngga mampu gitu, sedangkan yang lain orang punyalah gitu, seringnya minder sih. Tapi ya gimana lagi keadaannya kaya gini.”
15	HN	“Apakah anda menerima kekurangan diri anda?”
16	MJ	“Ya insya Allah berusaha menerima, karena dasarnya keadaannya kaya gini. Kasihan anak-anak juga.”
17	HN	“Apakah anda menyesal terhadap kekurangan yang anda miliki?”
18	MJ	“Kadang menyesal, semua orang punya kekurangan masing-masing.”

19	HN	“Pernahkah anda merasa bahwa kekurangan yang anda miliki menjadi penghambat atau masalah?”
20	MJ	“Ya sering jadi hambatan mas, ada satu sampe sekarang jadi hambatan, saya ngga bisa naik motor jadi mau usaha bantu suami bisnis online dari rumah biar bisa COD atau tak anter jadi ngga bisa. Jadinya ngga jadi usaha bisnisnya ngga jalan. Sedangkan nunggu suami pulang pasti maghib karena kerja bagian kebersihan.”
21	HN	“Bagaimana anda dalam memandang kehidupan dimasa lalu?”
22	MJ	“Kalau masa lalu, sih mungkin kesalahan saya yah, ngga disadari ada imbasnya sekarang, yang penting ngga diulangi lagi. Seperti kenal seseorang yang saya percayai kog dia malah mengecewakan saya, akhirnya sama sekarang kesusahan.”
23	HN	“Bisakah anda jelaskan kejadian kehidupan masa lalu yang anda hadapi?”
24	MJ	“Kejadiannya udah lama sih sekitar 7 tahunan yang lalu, ngga bisa diceritakan mas, sakit banget.”
25	HN	“Apakah anda menerima semua keadaan yang terjadi dimasa lalu?”
26	MJ	“Ya harus berusaha menerima, karena mungkin itu kesalahan saya. Ternyata saya sudah membuat kesalahan besar. Penyesalannya masih kebayang sampe sekarang.”
27	HN	“Bagaimana sikap anda terhadap kejadian yang tidak mengenakan yang pernah anda alami dimasal lalu?”
28	MJ	“Saya sikapnya masa bodo mas kalau sekarang, ngga yang harus serius dan bodo amat masa lalu biarkan berlalu.”
29	HN	“Pernahkan anda putus asa dengan keadaan masa lalu anda?”
30	MJ	“Pernah, tapi berusaha untuk menerima keadaan untuk berusaha lebih baik lagi.”
31	HN	“Bagaimana pandangan anda tentang kehidupan yang anda jalani saat ini?”
32	MJ	“Ya gini standar-standar saja sih, masih tetep serba susah ya kaya gini

		keadaanya di paksa biar serba cukup.”
33	HN	“Bisakah anda jelaskan situasi yang anda hadapi saat ini?”
34	MJ	“Situasinya ya seperti biasanya, kaya gini.”
35	HN	“Apakah anda merasa tidak puas dengan kehidupan saat ini?”
36	MJ	“Puas tidak puas mungkin semua orang punya kaya gitu sifatnya, orang punya ya pasti ngga puasnya apa lagi orang yang ngga punya. Kalau saya ya ngga papa dah karena keadaanya kaya gini. Dijalani saja sih.”
37	HN	“Bagaimana sikap anda terhadap kejadian yang tidak menyenangkan saat ini?”
38	MJ	“Berusaha tenang, menjalani. Soalnya kalau saya sembrono juga nanti kaya yang sudah-sudah, ngga menyelesaikan berlarut-larut malah memperkeruh keadaan.”
39	HN	“Pernahkah anda berpikir negatif mengenai kehidupan saat ini?”
40	MJ	“Pikiran negatif kadang ada, ya Allah kog saya hidupnya kaya gini susah terus, mungkin hidup saya sudah di atur gini sama Allah ya sudah tak jalani saja. Bahkan pernah saya pergi dari rumah karena saking pusingnya pengen kabur ke kerja di Jakarta.”
41	HN	“Bagaimana pandangan anda terhadap orang yang memuji tentang diri anda?”
42	MJ	“Aku sih ngga mau dipuji, soalnya ngga baik juga yah soalnya banyak kurangnya jadinya ngga seneng dipuji, dibuat biasa ajalah. Terserah saya ngga mau memaksa orang untuk suka sama saya mau benci ya monggo.”
43	HN	“Apakah anda tersinggung dengan pujian yang orang lain berikan?”
44	MJ	“Ya tersinggung mas, orang susah kog di puji.”
45	HN	“Bisakah anda jelaskan perasaan anda ketika direndahkan oleh orang lain?”
46	MJ	“Ya kembali lagi yah, adanya saya direndahkan karena miskin orang ngga punya jadinya memandang saya sebelah mata, kaya sekarang

		saya ngga punya apa-apa ya direndahkan”
47	HN	“Bagaimana sikap anda ketika apa yang diharapkan tidak sesuai dengan kenyataan?”
48	MJ	“Ya lumayan kecewa, berusaha pasrah. Ngga harus menuntut harus ini harus itu, dulu pernah seperti itu.”
49	HN	“Pernahkah anda kecewa dengan kehidupan yang anda jalani?”
50	MJ	“Kecewa sih ngga, Cuma agak marah ya mungkin keadaanya kaya gini, kalau kecewa juga percuma keadaanya gini terus ngga berubah.”
51	HN	“Bagaimana pandangan anda tentang kelebihan yang anda miliki?”
52	MJ	“Aku sih ngga merasa punya kelebihan, jadi ibu rumah tangga ya kaya gini, jadi istri ya kaya gitu, mau bantu suami aja ngga bisa ujung-ujungnya tetep gini-gini aja.”
53	HN	“Bisakah anda jelaskan apa saja yang menghambat anda untuk mencapai kehidupan yang lebih baik?”
54	MJ	“Ya mungkin, sebenarnya masalah ekonomi bukan hambatan itu berarti memang saya yang harus berusaha lebih baik bagaimanapun caranya. Ya memang tidak bisa dipungkiri ekonomi jadi hambatan yang paling berpengaruh mau apa-apa ngga bisa. Jadi hambatannya ekonomi sama anak itu yang anak berkebutuhan khusus anak istimewa. Dan saya lebih banyak bersabar walaupun seringnya marah sama keadaan.”
55	HN	“Apakah anda merasa tidak puas dengan kelebihan yang anda miliki?”
56	MJ	“Saya sih ngga merasa punya kelebihan ya mas, biasa aja.”
57	HN	“Apa yang anda lakukan dalam mengembangkan kelebihan anda?”
58	MJ	“Saya sih ngga mengembangkan, saya hanya ingin usaha biar bantu suami biar nyari tambahan keuangan keluarga biar baik.”
59	HN	“Pernahkah anda merasa kelebihan yang anda miliki justru merugikan anda?”
60	MJ	“Yaa kadang sih.”
61	HN	Bagaimana hubungan anda dengan orang-orang disekitar anda?

62	MJ	“Yaa, biasa aja sih. Malah ngga mau ngurusi urusan orang, karena sering kalau saya ngomong orang jadi tersinggung.”
63	HN	“Bisakah anda jelaskan tentang teman-teman anda saat melihat keadaan anda sekarang?”
64	MJ	“Alhamdulillah masih ada yang merespon baik, kadang kalau lagi kesusahan bener-bener down dibantu seperti ngasih masukan walaupun ngga berupa materi atau uang menengkan menghibur.”
65	HN	“Apakah anda masih menjalin hubungan baik dengan keluarga anda?”
66	MJ	“Alhamdulillah walaupun jarang ketemu, paling video call saja.”
67	HN	“Bagaimana dengan teman masa kecil anda, apakah masih berkomunikasi?”
68	MJ	“Masih banyak ada yang di jawa timur ada yang di jakarta.”
69	HN	“Pernahkah anda dikecewakan oleh orang-orang sekitar anda?”
70	MJ	“Mungkin, tapi saya ngga merasa dikecewakan, tak buat biasa aja lah, males ribut sama orang.”
71	HN	“Apakah anda memiliki teman khusus?”
72	MJ	“Ada, biasa genk kumpul ngerumpi.”
73	HN	“Bagaimana hubungan anda dengan teman khusus anda tersebut?”
74	MJ	“Alhamdulillah ya baiklah, kemarin kumpul ngobrol-ngobrol sharing-sharing dari pada putek dirumah.”
75	HN	“Bisakah anda jelaskan tentang anda dan teman khusus anda dalam menghadapi keadaan sekarang?”
76	MJ	“Ya kaya saya bersikap ngga yang menunjukkan kesusahan, cuman kadang curhat akhirnya teman-teman yang ngasih pendapat lebih ke hiburan biar ngga kepikiran biar menghilangkan beban walaupun sementara. Teman-teman responnya baik”
77	HN	“Bagaimana anda dalam menjalin hubungan erat saling percaya dengan orang-orang sekitar?”
78	MJ	“Ya mungkin berusaha saling mempercayai tetangga, sebenarnya biasa saja sih mas, ngga deket-deket amat.”

79	HN	“Jika anda memiliki rahasia, apakah rahasia tersebut akan disampaikan dengan teman khusus anda?”
80	MJ	“Ngga mas, paling hanya ke suami. Soalnya walapun seakrab apapun ya mas, yang namanya orang ya mas ya begitulah, lebih baik ngga menyampaikan rahasia. Menyampaikannya kalau ngga ke suami ya ke Allah aja mas.”
81	HN	“Bagaimana jika anda melihat orang yang butuh bantuan anda, tindakan apa yang anda lakukan?”
82	MJ	“Kalau aku bisa dan mampu membantu ya tak bantu, tapi keadaan saya seperti ini mas. Paling hanya ngomongin saja. Entah nanti diterima apa ngga yang penting tak sampaikan. Terserah gitu.”
83	HN	“Apakah anda peduli dengan keadaan orang lain?”
84	MJ	“Ya berusaha peduli.”
85	HN	“Bisakah anda jelaskan mengenai orang yang tidak peduli dengan anda, akan tetapi butuh bantuan anda, tindakan apa yang anda lakukan?”
86	MJ	“Aku sih biasa aja mas, ngga yang gimana-gimana ngga tak ambil pusing. Peduli ya silahkan, ngga ya monggo. Soalnya saya makan juga ngga minta mereka.”
87	HN	“Bagaimana sikap anda ketika melihat orang sekitar anda bahagia?”
88	MJ	“Saya ikut bahagia Alhamdulillah ya Allah, semoga aku bisa bahagia seperti mereka.”
89	HN	“Pernahkah anda menyinggung atau iri terhadap pencapaian orang lain?”
90	MJ	“Kalau masalah iri sih ngga, Cuma saya gini eh ya Allah kapan aku kaya mereka, mau iri gimana kemampuan orang sudah beda-beda.”
91	HN	“Apakah anda membantu orang-orang disekitar anda?”
92	MJ	“Kalau ada ya tak bantu.”
93	HN	“Dalam kehidupan sehari-hari pernahkah anda merasakan peduli atau kasihan dengan orang lain?”

94	MJ	“ Ya kadang kasihan sama temen, walaupun keadaan saya juga sama-sama susah, cuman gimana lagi.”
95	HN	“Bagaimana tindakan anda ketika ada orang yang curhat kepada anda?”
96	MJ	“Ya saya kadang ngasih solusi. Seperti harusnya kamu itu gini jangan kaya gitu. Seperti minta tolong nama suami saya untuk atas nama pengajuan bank. Ya kaya saya ngga maulah mas.”
97	HN	“Bisakah anda jelaskan jika anda memiliki sesuatu akan tetapi cukup hanya untuk kebutuhan anda, akan tetapi ada orang yang lebih membutuhkan, tindakan apa yang anda lakukan?”
98	MJ	“Ya saya sih gini ya, pengen bantu tapi keadaan saya susah.”
99	HN	“Apa tindakan anda ketika ada orang yang curhat tentang rahasia orang tersebut kepada anda?”
100	MJ	“Kalau ada yang curhat, saya ngerasa waduh takut, karena seperti beban buat saya, bener-bener terbebani takut ngga bisa njaga.”
101	HN	“Apakah anda rela berkorban untuk orang-orang yang anda sayangi?”
102	MJ	“Insya Allah rela, kalau memang itu orang bener-bener aku sayangi.”
103	HN	“Bagaimana pendapat anda mengenai perasaan kasih sayang anda kepada orang lain?”
104	MJ	“Saya sih mengutamakan keluarga mas, kalau sama orang lain biasa aja ngga yang harus menunjukkan.”
105	HN	“Bisakah anda jelaskan perasaan anda jika orang lain tidak menerima keadaan anda?”
106	MJ	“Ngga masalah mas, terserah mereka mau aja ya terserah. Seneng aja di omong apalagi kalau ngga seneng. Biasa aja.”
107	HN	“Jika keluarga anda tidak menerima keadaan anda sekarang ini, apakah anda membenci keluarga anda?”
108	MJ	“Ngga Alhamdulillah, keluarga saya juga ngerti keadaan saya gini. Karena keluarga yang satu-satunya yang saya miliki.”
109	HN	“Apa yang anda lakukan ketika keluarga anda direndahkan?”

110	MJ	“Saya ngga terima mas, soalnya itu keluarga saya. Belum tentu dia yang merendahkan lebih baik dari saya, seperti katanya keluarga wajah-wajah ngemis.”
111	HN	“Apakah anda pernah dikecewakan oleh orang lain?”
112	MJ	“Ya itu orang tadi itu, ya ngomongin aku katanya wajah orang ngemis, tapi ngga ngelihat dia juga sama-sama susah.”
113	HN	“Bagaimana pendapat anda mengenai orang lain yang sudah baik kepada anda?”
114	MJ	“Saya responnya akan lebih baik lagi, karena mereka tau keadaan aku sifat aku. Kalau mereka ngga paham keadaan aku dan sifat aku pasti ngga baik sama aku.”
115	HN	“Bisakah anda jelaskan mengenai orang lain yang menjadikan anda enggan menjalin hubungan baik dengan orang lain?”
116	MJ	“Ya itu orang yang tadi, satu ngga melihat diri sendiri tapi menjelekan orang lain, dua gengsinya itu kalau hidupnya lebih baik dari aku ngga masalah ya, hidupnya juga sama-sama susah, dapat bantuan pemerintah aja sok-sokan.”
117	HN	“Pernahkah anda merasa takut atau trauma untuk mempercayai orang lain?”
118	MJ	“Ngga juga sih, karena saya ngga percaya sama orang lain. Apalagi masalah rahasia ngga mungkin orang lain tau.”
119	HN	“Jika kemudian hari anda kembali mempercayai orang lain, apakah anda masih ingin saling berbagi rahasia?”
120	MJ	“Ngga akan, biasa aja cuman saya ngga akan cerita yang berlebihan lebih intim, walaupun masih berhubungan dengan orang itu tapi biasa aja, ngga mau mengulang kesalahan lagi, lebih ke ngga mau ngurusin urusan dia. Dan insya Allah saya berusaha memaafkan walaupun berat hati. Hidup di kampung ya harus tebal telinga, banyak ngga enak nya hidup disini. Sukanya ngurusin urusan orang.”

Lampiran 3. 5 Verbatim Wawancara Subjek V

Transkrip Wawancara Subjek 5 (SM)

1. Wawancara subjek 5

Wawancara dilakukan pada :

Tanggal : 26 April 2025

Waktu : 10.44

Tempat : Rumah Subjek

Peneliti : HN

Subjek : SM

Usia : 47 Tahun

Jenis Kelamin : Laki-laki

Pendidikan Terakhir : Tidak Bersekolah

Pekerjaan : Penggiling Padi

Agama : Islam

Status Perkawinan : Belum Menikah

Tempat Tinggal : RT. 01 RW. 01 Desa Kreyo

Pendapatan : 30.000,- perhari

2. Tabel Hasil Wawancara

No	Keterangan	Pertanyaan
1	HN	“Bagaimana anda dalam menilai diri anda sendiri?”
2	SM	“Ya, sederhana saja.”
3	HN	“Bisakah anda jelaskan situasi yang anda hadapi saat ini?”
4	SM	“Kalau secara ekonomi ya lumayan sulit, ya seperti ini pemakaiannya banyak pendapatannya minim, untuk bulanan berat apalagi untuk harian.”
5	HN	“Apakah anda pernah kecewa dengan diri anda?”
6	SM	“Tidak pernah saya mas, semampunya saja mas.”
7	HN	“Bagaimana anda menjalani kehidupan anda sehari-hari?”
8	SM	“Ya, sederhana saja mas, seadanya saja, sedapatnya saja, dikampung ya harus seperti itu.”

9	HN	“Pernahkah anda merasa marah pada keadaan anda saat ini?”
10	SM	“Tidak pernah mas, bagaimana lagi keadaannya seperti ini.”
11	HN	“Bagaimana menurut anda, tanggapan dari orang-orang sekitar mengenai diri anda?”
12	SM	“Baik-baik saja mas, tidak ada masalah. Kalau sama lingkungan kalau baik ya pasti banyak temannya, kalau membuat masalah ya di jauhi orang.”
13	HN	Bisakah anda jelaskan perasaan ketika anda berbeda dengan lingkungan dan orang-orang sekitar ketika lebih baik dari pada anda?
14	SM	“Perasaannya ya biasa saja, sederhana saja mas.”
15	HN	Apakah anda menerima kekurangan diri anda?
16	SM	“Menerima saja mas, apa adanya mas.”
17	HN	“Apakah anda menyesal terhadap kekurangan yang anda miliki?”
18	SM	“Tidak mas, sederhana saja mas.”
19	HN	“Pernahkah anda merasa bahwa kekurangan yang anda miliki menjadi penghambat atau masalah?”
20	SM	“Tidak pernah mas kalau itu. Seadanya saja.”
21	HN	“Bagaimana anda dalam memandang kehidupan dimasa lalu?”
22	SM	“Dulu saat orang tua masih hidup, saya kerja ikut orang tua sebelum di rice mill ya apa adanya, kadang mencangkul, angkat kayu. Kerja dikampung ya apa adanya ya mas.”
23	HN	“Bisakah anda jelaskan kejadian kehidupan masa lalu yang anda hadapi?”
24	SM	“Sudah kelewat, sudah lupa mas. Yang sudah terjadi ya sudah.”
25	HN	“Apakah anda menerima semua keadaan yang terjadi dimasa lalu?”
26	SM	“Menerima saja mas, sudah apa adanya.”
27	HN	“Bagaimana sikap anda terhadap kejadian yang tidak mengenakan yang pernah anda alami dimasal lalu?”
28	SM	“Biasa saja, sudah biasa prihatin dari kecil mas.”
29	HN	“Pernahkan anda putus asa dengan keadaan masa lalu anda?”

30	SM	“Tidak pernah mas, dari dulu seadanya saja.”
31	HN	“Bagaimana pandangan anda tentang kehidupan yang anda jalani saat ini?”
32	SM	“Ya seadanya saja, secukupnya mas, sedapatnya mas. Dapatnya seperti ini ya sudah diterima saja.”
33	HN	“Bisakah anda jelaskan situasi yang anda hadapi saat ini?”
34	SM	“Ya baik-baik saja mas.”
35	HN	“Apakah anda merasa tidak puas dengan kehidupan saat ini?”
36	SM	“Tidak pernah mas.”
37	HN	“Bagaimana sikap anda terhadap kejadian yang tidak menyenangkan saat ini?”
38	SM	“Tidak ada sama sekali mas. Baik semuanya.”
39	HN	“Pernahkah anda berpikir negatif mengenai kehidupan saat ini?”
40	SM	“Tidak pernah mas, saya tidak pernah ya karena dari kecil sudah prihatin serba kecukupan.”
41	HN	“Bagaimana pandangan anda terhadap orang yang memuji tentang diri anda?”
42	SM	“Ya diterima saja.”
43	HN	“Apakah anda tersinggung dengan pujian yang orang lain berikan?”
44	SM	“Tidak pernah tersinggung mas. Ya, diterima saja mas, itu termasuk doa.”
45	HN	“Bisakah anda jelaskan perasaan anda ketika direndahkan oleh orang lain?”
46	SM	“Biarkan saja, didoakan supaya orangnya menjadi orang baik.”
47	HN	“Bagaimana sikap anda ketika apa yang diharapkan tidak sesuai dengan kenyataan?”
48	SM	“Tidak pernah mengharapkan apa-apa mas, hidup dijalani seadanya saja.”
49	HN	Pernahkah anda kecewa dengan kehidupan yang anda jalani?
50	SM	“Tidak pernah kecewa, seadanya saja mas.”

51	HN	“Bagaimana pandangan anda tentang kelebihan yang anda miliki?”
52	SM	“Walah tidak ada mas. Secukupnya saja.”
53	HN	Bisakah anda jelaskan apa saja yang menghambat anda untuk mencapai kehidupan yang lebih baik?
54	SM	“Paling kalau lagi sakit mas, kalau tidak sakit ya lagi pusing harus istirahat, kalau tidak seperti itu ya biasa saja tetap menjalankan kegiatan sehari-hari.”
55	HN	“Apakah anda merasa tidak puas dengan kelebihan yang anda miliki?”
56	SM	“Tidak pernah mas.”
57	HN	“Apa yang anda lakukan dalam mengembangkan kelebihan anda?”
58	SM	“Seadanya mas.”
59	HN	“Pernahkah anda merasa kelebihan yang anda miliki justru merugikan anda?”
60	SM	“Kayanya selama ini tidak ada mas.”
61	HN	“Bagaimana hubungan anda dengan orang-orang disekitar anda?”
62	SM	“Sangat baik dengan lingkungan mas.”
63	HN	“Bisakah anda jelaskan tentang teman-teman anda saat melihat keadaan anda sekarang?”
64	SM	“Baik-baik saja, tidak ada masalah.”
65	HN	“Apakah anda masih menjalin hubungan baik dengan keluarga anda?”
66	SM	“Masih mas. Masih kumpul satu rumah.”
67	HN	“Bagaimana dengan teman masa kecil anda, apakah masih berkomunikasi?”
68	SM	“Masih, kadang itu yang timur Tarmidi, yang di Semarang pas hari raya kesini satu minggu pasti main kesini, terus yang selatan yang berjualan mie ayam itu teman saya dari kecil.”
69	HN	“Pernahkah anda dikecewakan oleh orang-orang sekitar anda?”
70	SM	“Saya tidak pernah mas.”
71	HN	“Apakah anda memiliki teman khusus?”
72	SM	“Ya, ada dan sama-sama sederhana, sama-sama menerima apa

		adanya.”
73	HN	“Bagaimana hubungan anda dengan teman khusus anda tersebut?”
74	SM	“Hubungannya sangat baik, bermain bersama kalau nonton dangdut, wayang, kumpul-kumpul ke pasar malam itu jalan kaki bareng kadang naik motor saya bonceng.”
75	HN	“Bisakah anda jelaskan tentang anda dan teman khusus anda dalam menghadapi keadaan sekarang?”
76	SM	“Ya saling mendukung satu sama lain.”
77	HN	“Bagaimana anda dalam menjalin hubungan erat saling percaya dengan orang-orang sekitar?”
78	SM	“Sama siapa saja selalu percaya, orangnya baik semua mas. Alhamdulillah baik semuanya.”
79	HN	“Jika anda memiliki rahasia, apakah rahasia tersebut akan disampaikan dengan teman khusus anda?”
80	SM	“Ya, disampaikan tapi kalau rahasia keluarga tidak mas.”
81	HN	“Bagaimana jika anda melihat orang yang butuh bantuan anda, tindakan apa yang anda lakukan?”
82	SM	“Kalau saya mampu tak bantu mas, walaupun tidak seberapa yang penting saya ikhlas. Seperti kalau ada tarikan mushola, pengajian atau bansos kematian ya saya bantu walapun tidak banyak. Kaya yang kemarin terikan halal bi halal ya saya bantu. Pokoknya semampunya kalau 50 rb ya tidak masalah kalau 100rb ya tidak masalah.”
83	HN	“Apakah anda peduli dengan keadaan orang lain?”
84	SM	“Sangat peduli mas.”
85	HN	“Bisakah anda jelaskan mengenai orang yang tidak peduli dengan anda, akan tetapi butuh bantuan anda, tindakan apa yang anda lakukan?”
86	SM	“Ya, kalau saya ada tetap saya bantu. Walaupun orangnya tidak peduli sama saya. Yang penting sayanya baik kepada siapapun.”
87	HN	“Bagaimana sikap anda ketika melihat orang sekitar anda bahagia?”

88	SM	“Ya, tidak apa-apa. Orang punya kebahagiaannya masing-masing sudah rejekinya orang itu.”
89	HN	“Pernahkah anda menyinggung atau iri terhadap pencapaian orang lain?”
90	SM	“Saya tidak pernah sama sekali mas, tidak baik kalau iri sama orang. Seadanya saja.”
91	HN	“Apakah anda membantu orang-orang disekitar anda?”
92	SM	“Kalau saya ada dan perlu bantuan saya bantu, tenaga selalu siap tak berikan.”
93	HN	“Dalam kehidupan sehari-hari pernahkah anda merasakan peduli atau kasihan dengan orang lain?”
94	SM	“Ada, Kadang ada orang kekurangan uang untuk anak sekolah jadinya anak tidak punya uang saku, kalau saat itu saya ada ya saya kasih mas. Kasihan, kan penting untuk pendidikan.”
95	HN	“Bagaimana tindakan anda ketika ada orang yang curhat kepada anda?”
96	SM	“Ditanggapi saja mas.”
97	HN	“Bisakah anda jelaskan jika anda memiliki sesuatu akan tetapi cukup hanya untuk kebutuhan anda, akan tetapi ada orang yang lebih membutuhkan, tindakan apa yang anda lakukan?”
98	SM	“Kalau saya bisa dan mampu ya tetap tak bantu mas. Semampunya saja mas.”
99	HN	“Apa tindakan anda ketika ada orang yang curhat tentang rahasia orang tersebut kepada anda?”
100	SM	“Ya, didengarkan dengan baik.”
101	HN	“Apakah anda rela berkorban untuk orang-orang yang anda sayangi?”
102	SM	“Kalau ada ya rela berkorban.”
103	HN	“Bagaimana pendapat anda mengenai perasaan kasih sayang anda kepada orang lain?”
104	SM	“Sangat baik mas. Harus selalu saling belas kasih kepada siapapun.”

105	HN	“Bisakah anda jelaskan perasaan anda jika orang lain tidak menerima keadaan anda?”
106	SM	“Terserah saja mas. Yang penting saya selalu baik dengan orang lain.”
107	HN	“Jika keluarga anda tidak menerima keadaan anda sekarang ini, apakah anda membenci keluarga anda?”
108	SM	“Saya tidak pernah membenci keluarga.”
109	HN	“Apa yang anda lakukan ketika keluarga anda direndahkan?”
110	SM	“Terserah saja mas.”
111	HN	“Apakah anda pernah dikecewakan oleh orang lain?”
112	SM	“Tidak pernah mas. Baik-baik saja.”
113	HN	“Bagaimana pendapat anda mengenai orang lain yang sudah baik kepada anda?”
114	SM	“Saya balas lebih baik mas.”
115	HN	“Bisakah anda jelaskan mengenai orang lain yang menjadikan anda enggan menjalin hubungan baik dengan orang lain?”
116	SM	“Tidak ada mas.”
117	HN	“Pernahkah anda merasa takut atau trauma untuk mempercayai orang lain?”
118	SM	“Tidak pernah mas. Yang penting baik ya pasti percaya.”
119	HN	“Jika kemudian hari anda kembali mempercayai orang lain, apakah anda masih ingin saling berbagi rahasia?”
120	SM	“Ya harus saling berbagi dengan siapapun mas, seadanya saja mas.”

Lampiran 3. 6 Verbatim Wawancara Pendukung Subjek I

A. INFORMASI

Nama : Nur Suci Amaliyah
 Jabatan : Sekretaris Desa
 Pendidikan terakhir : SMA
 Tanggal Wawancara : 30 April 2025
 Peneliti : HN
 Subjek : IP

B. VERBATIM

No	Keterangan	Verbatim
1	HN	“Bagaimana tugas anda sebagai pemangku wilayah?”
2	NC	“Tugas saya yang pertama; terkait dengan administrasi desa, yang kedua terlibat dengan masyarakat langsung melalui pelayanan langsung baik di desa ataupun saat ada kebutuhan mendesak dimana saja kaya ada orang sakit minta dianter ke Rumah Sakit.”
3	HN	“Bagaimana pandangan masyarakat sekitar terhadap subjek IP?”
4	NC	“Ya kalau masyarakat sini sih yang saya lihat cuek mas, tidak peduli dengan orang tersebut. Yang bersangkutan kan kurang dari segi ekonomi ya berarti sudah urusannya dia sendiri.”
5	HN	“Apakah anda mengetahui permasalahan yang dialami subjek IP?”
6	NC	“Permasalahannya kalau menurut saya, sebenarnya dia kan masih usia muda yah untuk pekerjaan kan asal ada kemauan pasti ada jalan. Tapi yang saya amati dia asal-asalan terus malas-malasan terus main-main yang ngga ada manfaatnya.”
7	HN	“Bisakah anda jelaskan tentang keadaan subjek IP?”
8	NC	“Setau saya dia nganggur, kalau didesa ada pekerjaan ya pasti dia diikutsertakan bekerja. Ya memang orangnya kurang inisiatif jadi kalau lagi ngga ada pekerjaan ngga nyari tapi nunggu diajak.”
9	HN	“Apa yang dilakukan subjek IP untuk tetap positif terhadap masalah yang dihadapi?”

10	NC	“Ya mungkin berusaha semampunya dia.”
11	HN	“Apa saja kegiatan sosial pemberdayaan yang diadakan disini?”
12	NC	“Sebenarnya banyak sih, cuman sasaran pelatihan sekarang itu sudah ada by name nya mas. Kaya kemarin ada pelatihan Tata Boga sudah ada nama-namanya jadi tinggal konfirmasi dengan nama-nama tersebut, kalau nama-nama tadi tidak bisa baru ke yang lain. bahkan pernah diadakan pelatihan ngga ada sama sekali yang berminat sampai kesulitan nyari orang. Tapi setelah tau pelatihan dapat uang transport, dapat makan, uang saku. Lah setelah itu masyarakat ribut akhirnya ramai-ramai pada mendaftar kalau ada pelatihan lagi. Padahal sudah saya motivasi, saya sosialisasi kalau pelatihan sendiri bayarnya mahal. Eh ngga pada percaya. Padahal tinggal duduk manis karena saat pelatihan saya ngga bilang kalau dapat ini itu, soalnya yang sudah-sudah bukan nyari ilmunya malah nyari uangnya. Kaya pelatihan menjahit dapat mesin jahit, pelatihan tata boga dapat peralatan untuk pembuatan roti dan kue oven, blender. Ya gitu mas.”
13	HN	“Apakah terdapat perbedaan perilaku saat sebelum dan sesudah subjek IP mengalami permasalahan sebagai keluarga miskin ekstrem?”
14	NC	“Kebetulan dia itu dulu kehidupannya lumayan tercukupi sebelum menikah, jadi gaya hidupnya ya seperti itu umumnya orang mampu. Dia pindahan dari Jakarta mas, dulu memang orang sini terus di Jakarta lama ngga pulang, setelah pulang kaya gitu dan sekarang susah mungkin kaget karena dulunya serba ada sekarang serba susah serba kurang.”
15	HN	“Apakah subjek IP sering mengeluh tentang kemiskinannya?”
16	NC	“Aduh, sering banget mas, seperti minta bantuan desa, didaftarkan agar dapat bantuan desa, padahal dia sudah pernah dapat BLTDD mas 900rb 3 tahap setiap bulan 300rb. Dan desa sudah objektif bener-bener nyari yang miskin ekstrem untuk menerima bantuan itu. Dan sistem bantuan kan gantian mas, jadi ngga orang itu terus gantian untuk yang lainnya. Bahkan mas sampe WA saya nanyain bantuan kapan cair. Saya sudah

		mengarahkan langsung datang ke balai desa bawa KK dan KTP nanti didaftarkan ke DTKS.”
17	HN	“Strategi apa yang anda lakukan ketika ada banyak keluarga miskin ekstrem yang tidak ikut serta terlibat dalam kegiatan sosial pemberdayaan tersebut?”
18	NC	“Permasalahannya itu gini mas, yang ngga mau terlibat itu yang ngga dapat bantuan mas. Selain mereka ya terlibat setiap kegiatan. Makanya saya sering mensosialisasi bahwa bantuan itu yang menentukan pemerintah pusat, kalau desa hanya mengajukan saja. Yang terjadi dilapangan ada kesenjangan antara yang dapat bantuan sama yang ngga mas. Sampai pak RT pernah lapor ke desaarganya ngga mau kerja bakti karena ngga dapat bantuan desa, minta sama yang dapat bantuan. Haduh.”
19	HN	“Apakah subjek IP selama menjadi keluarga miskin ekstrem berpartisipasi dalam setiap kegiatan atau justru menarik diri untuk tidak terlibat setiap kegiatan sosial pemberdayaan?”
20	NC	“Ya tetap berpartisipasi walaupun kalau datang semuanya mereka.”
21	HN	“Bagaimana tanggapan anda mengenai keluarga kemiskinan ekstrem yang tidak tertangani?”
22	NC	“Ya, maunya saya mereka terdaftar di DTKS biar dapat bantuan biar bisa membantu perekonomian agar bisa mencukupi kebutuhan sehari-hari.”
23	HN	“Upaya apa yang anda lakukan untuk mengurangi tingkat kemiskinan ekstrem?”
24	NC	“Upayanya sebenarnya banyak mas, kaya mengadakan pelatihan-pelatihan, baik dari PKK, Karang Taruna, Cuma gitu yang berangkat orang-orangnya itu terus, kesadarannya masih kurang untuk mengikuti pelatihan-pelatihan itu mas. Padahal sudah di sosialisasi jadi antusias warga masih sangat kurang.”
25	HN	“Bagaimana cara anda menenangkan diri ketika sedang mengalami permasalahan yang sedang anda hadapi dari keluarga kemiskinan ekstrem?”

26	NC	“Alhamdulillah selama ini, desa kalau ada permasalahan pasti diserahkan ke saya. saya tangani dengan mendorong kesadaran masyarakat tak jelaskan bantuan kemiskinan itu dari pusat desa hanya mengajukan.”
27	HN	“Bisakah anda jelaskan, tindakan seperti apa yang dilakukan untuk bisa menciptakan kesadaran diri terhadap keluarga miskin ekstrem?”
28	NC	“Ya sebenarnya tindakan sudah sering, contohnya sosialisasi menjelaskan mekanisme bantuan, terus adanya kegiatan-kegiatan tadi berbentuk pelatihan-pelatihan. Selalu saya sadarkan mas. Gimana ngga ribut mas ngga hanya yang miskin yang minta bantuan yang mampu saja minta bantuan mas. Pernah di forum Musdes seorang RT mampu secara ekonomi mengajukan dirinya sebagai penerima bantuan kemiskinan. Dan saya tolak karena bantuan kemiskinan untuk yang benar-benar miskin. Termasuk subjek IP itu sering kerumah curhat minta bantuan 3 kali kerumah. Yang awalnya dia marah kecewa kesal terus saya jelaskan dia mulai menerima dan sadar diri. Pokoknya luar biasa sekali dalam menyadarkan mereka.”
29	HN	“Apa harapan anda untuk keluarga yang mengalami kemiskinan ekstrem?”
30	NC	“Harapannya, yang pertama timbul kesadaran dari diri sendiri, yang kedua mau berusaha kerja apa saja. Saya berharap mereka sadar jangan bergantung dengan bantuan, jangan mengharapkan bantuan.”
31	HN	“Masalah kemiskinan selalu dikaitkan dengan ekonomi bahkan penanganannya menggunakan aspek ekonomi. Menurut anda apakah kemiskinan bisa di tangani dengan pendekatan psikologi?”
32	NC	“Bisa mas, karena yang pertama kali dibangun dari mereka adalah kesadaran diri tentang kondisinya dan motivasi diri untuk bisa bekerja tidak malas-malasan. Karena justru penanganan kemiskinan dengan pendekatan ekonomi kaya dapat bantuan uang justru malah menciptakan konflik dan kesenjangan di masyarakat mas bahkan bikin gaduh mas karena hampir semuanya merasa miskin dan butuh bantuan pemerintah.”

Lampiran 3. 7 Verbatim Wawancara Pendukung Subjek II

A. INFORMASI

Nama : Nur Cholik
 Jabatan : Kasi Kesra
 Pendidikan terakhir : SLTA
 Tanggal Wawancara : 30 April 2025
 Peneliti : HN
 Subjek : SF

B. VERBATIM

No	Keterangan	Verbatim
1	HN	“Bagaimana tugas anda sebagai pemangku wilayah?”
2	NC	“Tugas kita mencakup semua aspek, kesosialan, terkait masalah yang terkait kemajuan-kemajuan masyarakat demi kemajuan desa seperti pembangunan desa dan terus menggali sumber potensi.”
3	HN	“Bagaimana pandangan masyarakat sekitar terhadap subjek SF?”
4	NC	“Pandangannya ya dia kasihan mas, hidupnya sendirian apa-apa sendiri kemarin juga habis dari sini ngurus surat pengantar cerai.”
5	HN	“Apakah anda mengetahui permasalahan yang dialami subjek SF?”
6	NC	“Permasalahannya, masalah kebutuhan ekonomi mas.”
7	HN	“Bisakah anda jelaskan tentang keadaan subjek SF?”
8	NC	“Keadaanya dia dari dulu pekerja keras, bahkan di saat teman-temannya bermain dia sibuk kerja nyari rumput untuk dijual ke penggembala kambing. Keadaanya susah nikah baru 1 tahun langsung cerai dulu saya yang ngurus ke Indramayu, karena istrinya orang sana.”
9	HN	“Apa yang dilakukan subjek SF untuk tetap positif terhadap masalah yang dihadapi?”
10	NC	“Dia tetep semangat bekerja sebagai penjual roti bakar, walaupun gajinya sedikit tapi dia tetep semangat.”
11	HN	“Apa saja kegiatan sosial pemberdayaan yang diadakan disini?”
12	NC	“Di sini selalu ada pelatihan-pelatihan, tapi masalahnya kalau ada

		pelatihan peminatnya sedikit, sampe kesulitan nyari orang. Jadi pelatihan di isi orang-orang luar desa.”
13	HN	“Apakah terdapat perbedaan perilaku saat sebelum dan sesudah subjek SF mengalami permasalahan sebagai keluarga miskin ekstrem?”
14	NC	“Berbeda mas, memang dia dari dulu sudah miskin, tapi setelah cerai mungkin dia tambah pusing. sering mudah tersinggung orangnya.”
15	HN	“Apakah subjek SF sering mengeluh tentang kemiskinannya?”
16	NC	“Lebih mengeluhkan keadaan ekonomi yang sulit mas, kalau miskin dia dari dulu miskin.”
17	HN	“Strategi apa yang anda lakukan ketika ada banyak keluarga miskin ekstrem yang tidak ikut serta terlibat dalam kegiatan sosial pemberdayaan tersebut?”
18	NC	“Saya selalu mengedukasi masyarakat terutama yang miskin ekstrem untuk terus terlibat kegiatan-kegiatan seperti pelatihan-pelatihan tadi. Tapi kenyataannya sudah di sosialisasi di beri arahan mereka tetap tidak minat. Penginnya apa-apa yang ada uangnya. Padahal dengan adanya mengikuti pelatihan bisa mengembangkan potensi yang dimiliki. Kaya kemarin pelatihan ngelas kuotanya 25 orang dapat transport, makan, sertifikat, alat las dapat urang saku 1 juta untuk pengembangan. Yang ikut hanya 10 orang. Sisanya ya diambilkan dari desa lain.”
19	HN	“Apakah subjek SF selama menjadi keluarga miskin ekstrem berpartisipasi dalam setiap kegiatan atau justru menarik diri untuk tidak terlibat setiap kegiatan sosial pemberdayaan?”
20	NC	“Ya dia selalu ikut terlibat, tapi kalau kegiatan itu di pagi hari, karena kalau siang dia jualan. Dia sudah lebih baik dari pada sebelumnya.”
21	HN	“Bagaimana tanggapan anda mengenai keluarga kemiskinan ekstrem yang tidak tertangani?”
22	NC	“Lah itu mas. Penginnya malah ngga usah ada orang miskin mas. Data orang miskin dihapus saja. Karena yang terjadi pada ngaku orang miskin. Jadinya bukannya semakin sedikit malah semakin banyak masalah

		kemiskinan.”
23	HN	“Upaya apa yang anda lakukan untuk mengurangi tingkat kemiskinan ekstrem?”
24	NC	“Untuk mengurangi tingkat kemiskinan membentuk program UMKM, agar ekonomi masyarakat meningkat. Dan peningkatan home industri untuk kalangan ibu rumah tangga.”
25	HN	“Bagaimana cara anda menenangkan diri ketika sedang mengalami permasalahan yang sedang anda hadapi dari keluarga kemiskinan ekstrem?”
26	NC	“Kita melakukan pendekatan, baik ke RT masing-masing atau yang bersangkutan untuk mengedukasi, memberikan arahan untuk bisa lebih baik. Karena masyarakat desa randudongkal punya 67 RT dan tentunya sulit ketika satu persatu kita temui. Maka dari itu perlu bantuan RT untuk membentuk forum aspirasi menyampaikan keluhan-keluhan mereka.”
27	HN	“Bisakah anda jelaskan, tindakan seperti apa yang dilakukan untuk bisa menciptakan kesadaran diri terhadap keluarga miskin ekstrem?”
28	NC	“Kalau untuk kesadaran. Kita sering sosialisasi baik masyarakat yang miskin biasa ataupun yang miskin ekstrem. Ya memang yang namanya masyarakat pro dan kontra wajar. Tapi alhamdulillah ketika ada masalah dari kemiskinan kita luruskan dan mereka menyadari. Kaya orang miskin yang mendapatkan bantuan itu sifatnya sementara tidak bisa diwariskan. Dan kuncinya ya saya dorong kesadaran mereka, penerimaan diri mereka, terus hubungan baik mereka. Agar tidak terjadi konflik berkepanjangan karena kemiskinan. Sebenarnya paling penting mereka sadar diri dan menerima keadaan dirinya mas. Karena mas seringkali terjadi kecemburuan sosial antar orang miskin. Dan itu kalau sudah konflik sulit untuk ditenangkan dan keterbatas kita hanya sebatas melayani belum sampai menuntaskan konflik atau penyimpangan akibat kemiskinan.”
29	HN	“Apa harapan anda untuk keluarga yang mengalami kemiskinan ekstrem?”

30	NC	“Jujur saja untuk harapan, untuk mereka yang miskin tetap semangat karena miskin bukan harapan, Cuma kebetulan keluarga itu sedang mengalami kemunduran daripada ekonomi itu sendiri. Tapi kita terus mendorong untuk terus semangat optimis, karena sebenarnya miskin atau kaya itu terletak pada diri masing-masing. Saya yakin kalau orang itu semangat optimis pasti terindar dari kemiskinan.”
31	HN	“Masalah kemiskinan selalu dikaitkan dengan ekonomi bahkan penanganannya menggunakan aspek ekonomi. Menurut anda apakah masalah kemiskinan bisa diangani dengan pendekatan psikologi?
32	NC	Secara kultural tidak mas, tapi bisa mengurangi bahkan menangani dampak konflik atau keributan yang terjadi karena antar orang yang mengalami kemiskinan. Yang terjadi di sini seringnya ribut antar orang miskin. Ributnya ngga jauh dari masalah saling merendahkan, kecemburuan sosial, frustrasi karena miskin terus banyak hutang. Intinya sih karena pendekatan psikologis tetap dibutuhkan mas untuk mendorong motivasi dirinya untuk tetap bekerja semangat bekerja tidak mudah mengeluh, tidak mudah menyalahkan keadaan agar bisa menerima keadaan. Tapi memang selama ini belum pernah ada kasus kemiskinan didampingi menggunakan pendekatan psikologi mas. Insya Allah lebih baik kayanya mas karena dibina melalui batinnya.”

Lampiran 3. 8 Verbatim Wawancara Pendukung Subjek III

A. INFORMASI

Nama : Yuli Santoso
 Jabatan : Kasi Kesra
 Pendidikan terakhir : SMK
 Tanggal Wawancara : 30 April 2025
 Peneliti : HN
 Subjek : SR

B. VERBATIM

No	Keterangan	Verbatim
1	HN	“Bagaimana tugas anda sebagai pemangku wilayah?”
2	YS	“Tugas saya, yang pertama harus tahu kondisiarganya, kedua tahu kehidupanarganya.”
3	HN	“Bagaimana pandangan masyarakat sekitar terhadap subjek SR?”
4	YS	“Kalau lihat dari masyarakat sekitar ikut perihatin yang menimpa dari KPM tersebut. Terus disamping itu juga kadang desa diingatkan oleh warga kalau dia miskinnya ekstrem. Terkadang dari pihak miskin ekstrem pun dia tidak mau ke desa. Malah sering menyampaikan kelingkungan sekitar. Lalu kadang ikut campur urusan kemiskinan jadinya kita sebagai pemerintah desa di pusingkan urusan itu.”
5	HN	“Apakah anda mengetahui permasalahan yang dialami subjek SR?”
6	YS	“Karena lokasinya luas, tidak semuanya yang dirasakan tahu, karena jumlah kemiskinan ekstrem di desa semingkir ditetapkan sebagai locus. Saya juga kadang bingung itu data dari mana. Saya ya tau mana yang sebenarnya ekstrem mana yang ngga. Kebanyakan saya memberikan jawaban atas kompleknan warga dia ngga miskin dia kaya kog dapat bantuan beras malah yang bener-bener miskin ekstrem malah ngga dapat.”
7	HN	“Bisakah anda jelaskan tentang keadaan subjek SR?”
8	YS	“Dia tiap harinya ngga ada orang yang ngga makan mas, semuanya

		makan. Tapi untuk mencakup kebutuhan diluar makan kaya biasa sekolah anak, kesehatan mereka tidak bisa memenuhi.”
9	HN	“Apa yang dilakukan subjek SR untuk tetap positif terhadap masalah yang dihadapi?”
10	YS	“Kadang ada masyarakat yang menerima keadaan, ada juga yang mengeluh. Kalau dia malah mengeluh minta saran cara mendapatkan bantuan. Saya berikan arahan sini datanya saya cek KK dan KTP sudah benar belum. Kalau belum ya ngurus ke dinas pencacatan sipil dulu. Ya gitu tetap mengeluh terus mas.”
11	HN	“Apa saja kegiatan sosial pemberdayaan yang diadakan disini?”
12	YS	“Sementara ini apa yah mas, saya bingung. Selama ini desa untuk pemberdayaan masyarakat belum ada. Pernah ada pelatihan tahun 2023 sama sekali ngga ada yang minat ikut mas. Akhirnya ngga pernah ada lagi kegiatan pemberdayaan.”
13	HN	“Apakah terdapat perbedaan perilaku saat sebelum dan sesudah subjek SR mengalami permasalahan sebagai keluarga miskin ekstrem?”
14	YS	“Sebagian ngga ada perubahan mas, kalau dia itu lebih sensitif dan terjadi kecemburuan sosial bahkan iri mas.”
15	HN	“Apakah subjek SR sering mengeluh tentang kemiskinannya?”
16	YS	“Mengeluh pasti mas, ya itu kadang mengeluhnya tidak bisa memenuhi kebutuhan pokok, kalau ada bantuan beras pasti terjadi konflik lingkungan bahkan sampe ribut.”
17	HN	“Strategi apa yang anda lakukan ketika ada banyak keluarga miskin ekstrem yang tidak ikut serta terlibat dalam kegiatan sosial pemberdayaan tersebut?”
18	YS	“Kadang kaya gini mas, yang namanya kemiskinan ekstrem itu kaitannya faktor usia mas. Kalau yang produktif ya di dorong untuk ikut terlibat kegiatan apapun.”
19	HN	“Apakah subjek SR selama menjadi keluarga miskin ekstrem berpartisipasi dalam setiap kegiatan atau justru menarik diri untuk tidak

		terlibat setiap kegiatan sosial pemberdayaan?”
20	YS	“Malah justru kalau ada bantuan menggerakkan orang cepat mas, kalau yang ngga dapat kaya subjek itu ya dia males-malesan.”
21	HN	“Bagaimana tanggapan anda mengenai keluarga kemiskinan ekstrem yang tidak tertangani?”
22	YS	“Kalau disini ya tertangani walaupun ngga bisa diselesaikan. Kalau masih ada yang tertangani ya berarti mereka ngga laporan. Saya bingung mau bantu KK dan KTP ngga punya.”
23	HN	“Upaya apa yang anda lakukan untuk mengurangi tingkat kemiskinan ekstrem?”
24	YS	“Ada program dari pemerintah pusat ya desa berupaya untuk menjalankan.”
25	HN	“Bagaimana cara anda menenangkan diri ketika sedang mengalami permasalahan yang sedang anda hadapi dari keluarga kemiskinan ekstrem?”
26	YS	“Saya kadang cek dulu orangnya, terus saya edukasi saya beri arahan. Rata-rata pura-pura miskin terus ngomel-ngomel ke desa. Ya saya sabar mas. Seringnya ada yang muda terus cerewet banget mas. Pusing lah pokoknya mas. Saking keselnya saya tak suruh mendaftar sendiri biar dapat bantuan pemerintah. Ya itu saya berusaha melayani kalau mereka tidak puas komplek ya saya terima saja.”
27	HN	“Bisakah anda jelaskan, tindakan seperti apa yang dilakukan untuk bisa menciptakan kesadaran diri terhadap keluarga miskin ekstrem?”
28	YS	“Ya itu, salah satunya sadar diri dulu ya kan, kadang ada yang karena sakit tidak bekerja. Ya saya dorong untuk sadar diri. Ya menyadarkan karena banyaknya mereka ngga bisa mandiri ketergantungan dengan bantuan pemerintah. Malah bantuan pemerintah untuk gaya hidup jalan-jalan, kadang mengembalikan hutang. Tinggal mereka mau di motivasi apa ngga. Ya sudahlah.”
29	HN	“Apa harapan anda untuk keluarga yang mengalami kemiskinan

		ekstrem?”
30	YS	“Harapannya, orang-orang sadar bahwasanya sebenarnya miskin beneran apa ngga, harapannya ya yang miskin ekstrem bisa berubah, semangat, motivasi diri biar bisa berubah lebih baik.”
31	HN	“Masalah kemiskinan selalu dikaitkan dengan ekonomi bahkan penanganannya menggunakan aspek ekonomi. Menurut anda apakah masalah kemiskinan bisa diangani dengan pendekatan psikologi?”
32	YS	“Menarik itu mas. Memang mas kenyataannya ngga bisa terselesaikan secara ekonomi malah sering terjadi ribut gara-gara bantuan kemiskinan. Saya setuju jika kemiskinan di tangani menggunakan pendekatan psikologi jadi ngga hanya keluarga miskin saja mas, tapi semuanya yang terlibat dengan kemiskinan seperti; pemerintahnya dan lingkungannya. Jadi pendekatan psikologisnya ngga hanya orangnya. Karena gini mas kemiskinan kadang karena pengaruh lingkungan juga. jadi dari orangnya dan lingkungannya sama-sama punya penerimaan diri yang baik jadinya bisa saling memahami satu sama lain, bukan malah saling panas-panasan, mengejek, merendahkan. Saya yakin dengan pendekatan psikologis bisa terselesaikan. Karena yang perlu ditanamkan adalah kesadaran diri.”

Lampiran 3. 9 Verbatim Wawancara Pendukung Subjek IV

A. INFORMASI

Nama : Ali Mudzakir
 Jabatan : Kasi Pemerintahan dan Kaur Kesra (Pengganti)
 Pendidikan terakhir : SMA
 Tanggal Wawancara : 30 April 2025
 Peneliti : HN
 Subjek : MJ

B. VERBATIM

No	Keterangan	Verbatim
1	HN	“Bagaimana tugas anda sebagai pemangku wilayah?”
2	AM	“Tugasnya pemetaan seperti kependudukan, kemiskinan, dan masih banyak yang menyangkut tata kelola pemerintahan. Sekarang yang paling fokus kepemetaan kemiskinan ekstrem.”
3	HN	“Bagaimana pandangan masyarakat sekitar terhadap subjek MJ?”
4	AM	“Penginnnya mengentaskan, bukan menghilangkan karena menghilangkan kemiskinan tidak bisa.”
5	HN	“Apakah anda mengetahui permasalahan yang dialami subjek MJ?”
6	AM	“Ada beberapa yang tau, untuk kemiskinan kembali ke faktor ekonomi yang ditimbulkan dari korban bencana alam, karena sakit, miskin dari dulu penghasilan dari keluarga tidak mampu mencukupi.”
7	HN	“Bisakah anda jelaskan tentang keadaan subjek MJ?”
8	AM	“Memang kekurangan segi rumahnya tidak layak huni, penghasilannya sangat rendah menghidupi 4 anak dengan penghasilan pas-pasan.”
9	HN	“Apa yang dilakukan subjek MJ untuk tetap positif terhadap masalah yang dihadapi?”
10	AM	“Diberikan edukasi, biar tetep optimis tidak mudah mengeluh.”
11	HN	“Apa saja kegiatan sosial pemberdayaan yang diadakan disini?”
12	AM	“Kegiatannya seperti kalau ada proyek desa, jadi yang nganggur-nganggur dipekerjakan untuk membantu kebutuhan mereka sehari-hari.”

13	HN	“Apakah terdapat perbedaan perilaku saat sebelum dan sesudah subjek MJ mengalami permasalahan sebagai keluarga miskin ekstrem?”
14	AM	“Ada mas, yang tadinya pasif terus setelah menjadi miskin dia agresif genjacar mengeritik, wajar dia seperti itu karena tidak mampu membiayai terus tekanan ekonomi terus dia juga belum dapat bantuan sosial baik dari pemerintah pusat maupun desa. Sukanya menyalahkan pemerintah.”
15	HN	“Apakah subjek MJ sering mengeluh tentang kemiskinannya?”
16	AM	“Jelas mas, sering banget mas, setiap ketemu tanya bantuan terus. Tidak pernah datang membawa bahagia.”
17	HN	“Strategi apa yang anda lakukan ketika ada banyak keluarga miskin ekstrem yang tidak ikut serta terlibat dalam kegiatan sosial pemberdayaan tersebut?”
18	AM	“Ya itu, strateginya desa selalu mengedukasi, sosialisasi, membina kesadaran diri, biar menerima keadaan yang mereka alami.”
19	HN	“Apakah subjek MJ selama menjadi keluarga miskin ekstrem berpartisipasi dalam setiap kegiatan atau justru menarik diri untuk tidak terlibat setiap kegiatan sosial pemberdayaan?”
20	AM	“Justru mereka yang tergolong ekonomi menengah kebawah justru mereka aktif ikut terlibat kegiatan seperti gotong royong, posyandu. Kalau dia terkadang berpartisipasi.”
21	HN	“Bagaimana tanggapan anda mengenai keluarga kemiskinan ekstrem yang tidak tertangani?”
22	AM	“Lah itu, kembali susah nya kami di desa itu terbatas secara kebijakan. Kami berusaha semampunya untuk menanganinya. Kami berusaha untuk meringankan beban mereka melalui beberapa program pemberdayaan dari desa.”
23	HN	“Upaya apa yang anda lakukan untuk mengurangi tingkat kemiskinan ekstrem?”
24	AM	“Sementara ini desa belum punya program untuk itu. Jujur kami kesulitan untuk menangani kemiskinan apa lagi konflik yang terjadi akibat

		kemiskinan seperti penyalahgunaan fasilitas, penyimpangan moral.”
25	HN	“Bagaimana cara anda menenangkan diri ketika sedang mengalami permasalahan yang sedang anda hadapi dari keluarga kemiskinan ekstrem?”
26	AM	“Semampu saya, memberikan arahan dan saran, selalu saya bantu.”
27	HN	“Bisakah anda jelaskan, tindakan seperti apa yang dilakukan untuk bisa menciptakan kesadaran diri terhadap keluarga miskin ekstrem?”
28	AM	“Ya, dijelaskan susah yah mas, karena itu perilakunya berubah-ubah, mereka lebih ke agresif sadarnya, walaupun ngga semuanya. Ada juga orang miskin yang sabar. Rata-rata mereka datang ya mengadu tentang keadaan kemiskinannya.”
29	HN	“Apa harapan anda untuk keluarga yang mengalami kemiskinan ekstrem?”
30	AM	“Harapannya, nanti setelah misal sudah dibantu oleh pemerintah bisa menjadi acuan diri mereka tidak selamanya ketergantungan pada pemerintah karena bantuan kemiskinan itu bukan warisan.”
31	HN	“Masalah kemiskinan selalu dikaitkan dengan ekonomi bahkan penanganannya menggunakan aspek ekonomi. Menurut anda apakah masalah kemiskinan bisa diangani dengan pendekatan psikologi?”
32	AM	“Bisa, dan menurut saya masalah kemiskinan sangat dibutuhkan untuk pendampingan psikologi untuk mencapai sejahtera yang sebenarnya. Karena gini mas kemiskinan itu sebenarnya bukan masalah ekonomi tapi masalah mental. Makanya dari dulu yang sudah-sudah kemiskinan menggunakan ekonomi berupa bantuan sosial malah ngga kelar-kelar. Malah terjadi gap antar masyarakat miskin yang menerima bantuan sama yang tidak. Penyelesaiannya ya binaan secara psikologis, kejiwaan.”

Lampiran 3. 10 Verbatim Wawancara Pendukung Subjek V

A. INFORMASI

Nama : Imam Mudin
 Jabatan : Kepala Dusun I
 Pendidikan terakhir : SMA
 Tanggal Wawancara : 30 April 2025
 Peneliti : HN
 Subjek : SM

B. VERBATIM

No	Keterangan	Verbatim
1	HN	“Bagaimana tugas anda sebagai pemangku wilayah?”
2	IM	“Kami melakukan kegiatan yang bersifat sosial, ekonomi, keagamaan secara bersama-sama.”
3	HN	“Bagaimana pandangan masyarakat sekitar terhadap subjek SM?”
4	IM	“Ingin agar kemiskinan ekstrem tidak ada, dengan cara saling membantu, saling bekerjasama, yang biasa dilakukan mengadakan kegiatan sukarela.”
5	HN	“Apakah anda mengetahui permasalahan yang dialami subjek SM?”
6	IM	“Memang keluarga tersebut dari awal mula, dari keturunannya itu yang dia punya sehingga tidak bisa menambah atau mengembangkan kegiatan ekonominya dan dia berpikir memang pendidikannya minim sehingga lebih banyak pasrah dari pada mengeluh.”
7	HN	“Bisakah anda jelaskan tentang keadaan subjek SM?”
8	IM	“Keadaanya untuk sehari-hari makan ya pas-pasan, tapi untuk bisa berkembang atau keluar dari kemiskinan ekstrem sangat susah karena faktor ekonomi, pendidikan, keluarga dan lain sebagainya memang susah untuk berkembang seperti keluarga yang lainnya.”
9	HN	“Apa yang dilakukan subjek MJ untuk tetap positif terhadap masalah yang dihadapi?”
10	IM	“Dia lebih banyak kegiatan keagamaan, berkelompok dengan tetangga,

		berkomunikasi dengan tetangga, mungkin ingin keluar dari hal tersebut. Tapi intinya dia sangat menyadari keadaanya atau kekurangan yang dialaminya.”
11	HN	“Apa saja kegiatan sosial pemberdayaan yang diadakan disini?”
12	IM	“satu kerja bakti, gotong royong dikala ada hal-hal seperti pembersihan jalan, iuran sukarela seperti keluarga yang sakit itu saling mengobati dan kematian bisa saling mambantu.”
13	HN	“Apakah terdapat perbedaan perilaku saat sebelum dan sesudah subjek MJ mengalami permasalahan sebagai keluarga miskin ekstrem?”
14	IM	“Kalau perubahan tidak ada, dia sama seperti keluarga yang lain karena dia memang sadar diri, Cuma itu keadaan ekonomi dia banyak pasrah.”
15	HN	“Apakah subjek MJ sering mengeluh tentang kemiskinannya?”
16	IM	“Sepengetahuan saya, laporan RT dan warga lain tidak ada, karena dia sudah terbiasa dengan kekurangan karena memang dari orang tuanya ya memang kekurangan jadi anak-anaknya sudah terlatih dan kebal kesusahan.”
17	HN	“Strategi apa yang anda lakukan ketika ada banyak keluarga miskin ekstrem yang tidak ikut serta terlibat dalam kegiatan sosial pemberdayaan tersebut?”
18	IM	“Kalau wilayah saya kebetulan semua orang baik miskin, cukup atau kaya semuanya ikut terlibat jadi tidak ada kesenjangan mas. Jadi saling asah saling asih saling asuh.”
19	HN	“Apakah subjek MJ selama menjadi keluarga miskin ekstrem berpartisipasi dalam setiap kegiatan atau justru menarik diri untuk tidak terlibat setiap kegiatan sosial pemberdayaan?”
20	IM	“Selama ini dia selalu terlibat bahkan kadang-kadang didesa kami yang sering terlibat orang-orang miskin, yang kaya hanya membantu secara materi seperti konsumsi. Justru yang semangat orang-orang miskin tidak ada yang menarik diri apapun kegiatannya.”
21	HN	“Bagaimana tanggapan anda mengenai keluarga kemiskinan ekstrem yang

		tidak tertangani?”
22	IM	“Tanggapan saya berupaya untuk tertangani semuanya mas. Dengan kegiatan jimpitan untuk bisa membantu perekonomian lingkungan dan mendorong mereka untuk terlibat di kegiatan keagamaan. Penting loh mas kegiatan keagamaan untuk mendorong motivasi mereka. Biar tidak ada rasa saya miskin dia kaya semuanya saling berbagi agar tidak menimbulkan rasa minder agar tidak merasa miskin.”
23	HN	“Upaya apa yang anda lakukan untuk mengurangi tingkat kemiskinan ekstrem?”
24	IM	“Kami membentuk kelompok tani dengan tujuan mencari bantuan kedinas lain kaya minta bibit padi, jagung, dsb. karena mayoritas tani jadi perekonomiannya bergantung pada pengelolaan padi mas.”
25	HN	“Bagaimana cara anda menenangkan diri ketika sedang mengalami permasalahan yang sedang anda hadapi dari keluarga kemiskinan ekstrem?”
26	IM	“Biasanya kami berkumpul mas, malam hari atau diwarung untuk berkomunikasi untuk mencari informasi terhadap yang tidak puas, kecewa kami menyerap aspirasi dari warga biar bisa mengobati kekecewaan, kemarahan, atau ketidaksukaan dia. Jadi kami mendahulukan komunikasi dengan berkumpul bermusyawarah baik yang resmi atau obrolan biasa.”
27	HN	“Bisakah anda jelaskan, tindakan seperti apa yang dilakukan untuk bisa menciptakan kesadaran diri terhadap keluarga miskin ekstrem?”
28	IM	“Kami mengadakan keagamaan, rotiban, yang penting bisa berkomunikasi berkumpul jadi bisa mengobati menghibur keluarga miskin itu karena mereka merasa diperhatikan.”
29	HN	“Apa harapan anda untuk keluarga yang mengalami kemiskinan ekstrem?”
30	IM	“Harapan kami dari desa ingin membuang meningkatkan isu kemiskinan agar tidak ekstrem lagi, bahkan agar menjadi keluarga yang pra-sejahtera.”

31	HN	“Masalah kemiskinan selalu dikaitkan dengan ekonomi bahkan penanganannya menggunakan aspek ekonomi. Menurut anda apakah masalah kemiskinan bisa diangani dengan pendekatan psikologi?”
32	IM	“Wah itu sangat setuju mas kalau menggunakan pendekatan psikologi. Karena kemiskinan yang sebenarnya itu masalah psikologis bukan masalah ekonomi. Itu pendapat saya dalam menangani masalah kemiskinan mas. Harapan saya perlu adanya binaan secara mental untuk keluarga miskin yang menerima bantuan pemerintah mas, karena kalau hanya menerima secara ekonomi banyak disalahgunakan bukan untuk memperbaiki kualitas hidup malah buat gaya hidup. Artinya dalam menangani kemiskinan tidak cukup dengan pendekatan ekonomi justru yang lebih penting pendekatan secara psikologis terutama menuntun untuk kesadaran diri, agar menerima segala keadaan.”

Lampiran 3. 11 Tabel Horisonalisasi Subjek I (IP)

Ucapan Subjek	Baris	Coding	Deskripsi Psikologis
“Ya sulit.”	4	Rasa sulit dan Marah	Dimensi Penerimaan diri: sikap positif terhadap diri sendiri - situasi yang mencerminkan pengalaman sulit yang sering dialami, di mana emosi seperti kemarahan bisa muncul akibat berbagai tantangan yang dihadapi.
“Yaa, beginilah, serba kesulitan. ”	8		
“Ngga pernah, sering marahnya sama orang lain.”	10		
“Ngga ada sih, Cuma kadang mikir kok saya gini-gini aja susah terus hidupnya. ”	14	Kesusahan karena rasa penyesalan dan hambatan yang terjadi	Dimensi Penerimaan diri: sikap menerima kekurangan diri sendiri - perasaan penyesalan dan hambatan dalam hidup yang susah membuat seseorang merasa kesulitan terus-menerus.
“Yaa, sangat menyesal. ”	18		
“Yaa, sangat menghambat. ”	20		
“ Jauh beda. Beda banget pokoknya”	22	Rasa susah yang membuat sedih dan sulit menerima	Dimensi Penerimaan diri: sikap positif tentang kehidupan masa lalu - merasa sangat berbeda dan kesulitan dengan keadaan saat ini, yang membuat mereka galau dan sedih. Ketidakpuasan terhadap situasi ini menjadi fokus utama pembicaraan.
“Yaa, intinya jauhlah. Sekarang serba susah. ”	24		
“ Galau mas. Sedih kalau diceritain.”	28		
“Ngga ada. Lebih ke ngga terima aja sama keadaan sekarang.”	30		
“Yaa, cukup sulit. ”	32	Sulit dan susah mendorong ketidakpuasan yang memicu amarah	Dimensi Penerimaan diri: sikap positif tentang kehidupan masa kini - perasaan frustrasi dan ketidakpuasan yang diungkapkan mencerminkan tantangan yang dialami dan keinginan untuk melampiaskan emosi, menunjukkan adanya kesulitan yang
“ Serba kesusahan mas.”	34		
“ Sangat tidak puas. ”	36		
“Yaa, bagaimana lagi, pengin marah. ”	38		

			signifikan dalam situasi yang dihadapi.
“Ada yang memuji baik sama buruk, seringnya memandang buruk . Saya ngga mau dipuji, namanya orang susah ngapain minta dipuji.”	42	Memandang negatif dan mudah tersinggung sehingga mudah marah dan kecewa	Dimensi Penerimaan diri: sikap menerima keadaan secara positif - ketidakpuasan terhadap pujian di kalangan orang yang menghadapi kesulitan, dengan perasaan kecewa dan tersinggung yang muncul saat dihadapkan pada situasi tersebut.
“Seringnya saya tersinggung . Orang susah kok dipuji.”	44		
“ Marah mas.”	46		
“Yaa. Kecewa mas.”	48		
“Ngga ada. Saya susah mas.”	54	Kesusahan dan kesulitan mengakibatkan tidak merasa puas	Dimensi Penerimaan diri: sikap pengembangan kelebihan dan potensi diri - ketidakpuasan dan kesulitan ekonomi yang dialami sangat terasa, mencerminkan tantangan yang dihadapi dalam kehidupan sehari-hari.
“ Tidak puas mas.”	56		
“Iyaaa, masalah ekonomi, kesulitan terus mas.”	60		
“Biasa aja, mereka juga sama-sama susah . Ngga ada yang aneh.”	64	Susah dan berkonflik dengan tetangga	Dimensi Relasi positif: sikap hubungan akrab terhadap orang lain - situasi yang biasa terjadi menunjukkan bahwa setiap orang menghadapi kesulitan yang sama, tanpa adanya hal yang aneh atau berbeda di antara mereka, seperti yang digambarkan oleh percakapan tersebut.
“ Udah ngga mas.”	68		
“Sering itu yang dibekalang rumah , kalau yang depan ngga.”	70		
“ Punya .”	72	Memiliki teman dekat	Dimensi Relasi positif: sikap saling percaya terhadap orang lain -

“Yaa, akrab baik. ”	74	dan saling curhat satu sama lain	hubungan yang akrab dan saling curhat tentang isu ekonomi menjadi tanda kepercayaan, namun penting untuk menjaga rahasia agar tidak menyebar, terutama hal yang bersifat aib.
“Yaa, sering curhat-curhat gitu sih, ngomongin ekonomi kebutuhan hidup.”	76		
“Kalau rahasia yang baik tak sampaikan , kalau yang aib ngga tak sampaikan, saya pendem sendiri.”	80		
“ Ngapain ditolong , orang dia ngga peduli.”	86	Tidak peduli dan menolak berinteraksi	Dimensi Relasi positif: sikap peduli terhadap kebahagiaan orang lain - sikap acuh tak acuh di kalangan orang-orang menunjukkan kurangnya rasa peduli dan motivasi untuk membantu satu sama lain.
“Ngga tau ya mas, males ngeliatnya. ”	88		
“ Ngga sih , ngapain juga”	90		
“Yaa membantu , kalau ada rejeki.”	92	Berupaya saling membantu dan menyampaikan terima kasih	Dimensi Relasi positif: sikap mudah berempati terhadap orang lain - komunikasi yang baik dan saling percaya adalah kunci untuk memberikan dukungan dan solusi dalam interaksi sosial.
“Kadang-kadang saja.”	94		
“Saya dengarkan, terima kasih sudah percaya sama saya.”	96		
“ Kasih aja.”	98		
“Cukup pahami, dan kalau minta solusi ya tak kasih ”	100		

Yaa, berkorban semampunya. kalau untuk anak apa saja tak lakukan. Tapi ngga juga sih.”	102	Rela berkorban dan menyayangi anak	Dimensi Relasi positif: sikap memberikan kasih sayang terhadap orang lain - berkorban untuk anaknya, tetapi merasakan ketidakpahaman dari orang lain dan menekankan bahwa kasih sayang harus saling timbal balik.
“Kalau mereka sayang sama anak saya, yaa tak sayang balik. ”	104		
“Ya memang ngga ada yang menerima keadaan saya. ”	106		
“Sering mas, sakit dikecewain. ”	112	Sakit hati dan kecewa karena diejek sehingga menjadi takut dan trauma	Dimensi Relasi positif: sikap memiliki hubungan timbal balik terhadap orang lain - sering mengalami kekecewaan dan rasa sakit dapat menciptakan trauma dan ketakutan, terutama terhadap orang-orang yang telah mengecewakan kita di masa lalu.
“Yaa itu mas, belakang rumah sukanya ngejelek-jelekin saya.”	116		
“Iyaa ada sering takut dan trauma. ”	118		
“Iyaa, tapi ngga sama orang yang udah nyakitin sama bikin kecewa. ”	120		

Lampiran 3. 12 Tabel Horisonalisasi Subjek II (SF)

Ucapan Subjek	Baris	Coding	Deskripsi Psikologis
“ Susah mas, ngga taulah. Tidak bisa menilai diri sendiri.”	2	Perasaan serba susah dan kecewa dengan diri sendiri, sikap impuls dan kesulitan mengontrol emosional	Dimensi Penerimaan diri: sikap positif terhadap diri sendiri - kesulitan dalam menilai diri sendiri, sering mengalami kekecewaan dan penyesalan, serta merasa berbeda dari orang lain, yang mengakibatkan emosi tertahan dan hanya diekspresikan dalam kesendirian.
“Sering mas, kadang nyerah , sering kecewalah mas. Kadang salah mengambil keputusan, gegabah , dan sering terjadi terjadi.”	6		
“Pernah mas, kok hidup kaya gini ya, kok beda sama yang lain . seringnya merasa gitu. Saat marah tak lampiaskan nangis mas saat sendiri dirumah, kalau diluar rumah ngga pernah.”	10		
“ Sedih mas, kog kaya gini ya. Ya kaya gitu mas, diungkapkan ngga bisa. Susah menjelaskan , sedih pokoknya mas.”	14	Perasaan sedih dan rasa menyesal serta takut gagal	Dimensi Penerimaan diri: sikap menerima kekurangan diri sendiri - perasaan sedih dan penyesalan seringkali muncul akibat ketakutan gagal dan ketidakberdayaan dalam memulai usaha sendiri, serta kurangnya dukungan untuk berbagi perasaan tersebut.
“Yaa, kadang merasa menyesal , selalu serba kurang , ngga punya usaha sendiri masih ikut orang. Ingin memulai sendiri takut gagal .”	18		
“Pernah mas, sering sekali merasakan seperti itu. Karena sering merasa takut gagal . Itu masalah yang saya hadapi mas. Dan masalah terbesar saya takut sama diri sendiri karena	20		

kegagalan itu mas. Disisi lain ngga ada yang diajak sharing.”			
“ Pahit mas, ya banyaklah lika liku yang terjadi, karena dari kecil sudah susah , apa-apa sendiri. Walaupun dulu bapak sama ibu masih ada tapi ikut kakek jadinya apa-apa sendiri dari usia 7 tahun.”	22		Dimensi Penerimaan diri: sikap positif tentang kehidupan masa lalu - perjalanan hidup yang penuh tantangan membuat menerima keadaan dan berusaha lebih baik setelah menghadapi kehilangan yang mendalam, bahkan sampai pada titik putus asa, tetapi sekarang berupaya untuk terus belajar dan mengatasi rasa sakit.
“Kalau untuk sekarang berusaha menerima mas, kalau dulu masih usia 20 tahun perasaan benci saya meledak-ledak ngga terima sama keadaan. Yang menjadikan sekarang lebih menerima ya keadaan mas, berupaya selalu belajar.”	26	Perasaan benci dan putus asa terhadap keadaan yang pahit mendorong untuk mengakhiri hidup	
“Sering mas, kehilangan orang yang saya sayangi, kehilangan anak dan istri putus asa pikirannya mau hidup atau tidak bodo amat, dan saya hampir mengakhiri hidup . Makanya kalau lagi sendiri pikirannya kemana-mana mas. Jadi saya pulang ke rumah kalau sudah benar-benar ngantuk. Dulu mau bunuh diri usia 23 tahun. Pernikahan saya hanya 1 tahun saja.”	30		

“Kalau sekarang selalu berusaha untuk tidak seperti dulu , berusaha memulai hal-hal yang baik untuk masa depan.”	32	Evaluasi diri untuk merasakn kepuasan, walaupun masih merasa takut	Dimensi Penerimaan diri: sikap positif tentang kehidupan masa kini - berusaha untuk memperbaiki diri dan memulai hal-hal positif meskipun masih ada rasa ketakutan dan tantangan, menunjukkan kemajuan dan kehati-hatian dalam menghadapi masa depan.
“Kalau untuk sekarang agak mending , ya walaupun kadang masih berat.”	34		
“Kalau untuk saat ini puas , walaupun berat dijalani.”	36		
“Kalau untuk sekarang ngga kaya dulu, sekarang lebih hati-hati, nyari solusi ngga mau gegabah seperti pengalaman yang dulu.”	38		
“Pernah, negatifnya kadang takut sendirian, takut ngga bisa apa-apa, takut gagal . Perasaan takut karena ngga punya siapa-siapa lagi.”	40		
“Perasaan kadang kaya gini yah, apa karena fisik apa karena ngga punya apa-apa. Sedih mas sakit kalau di rendahkan. ”	46		Dimensi Penerimaan diri: sikap menerima keadaan secara positif - kesedihan dan kekecewaan sering muncul akibat perlakuan yang merendahkan, menciptakan rasa sakit yang mendalam. Keinginan untuk berdiam diri hingga keadaan membaik mencerminkan keterpurukan emosional yang dialami.
“ Sangat kecewa , diam ngga mau berkata apa-apa. Diam sampai keadaan sudah membaik.”	48		
“ Sering kecewa mas.”	50		
“Banyak mas. Satu, kurangnya support dari orang terdekat,	54	Perasaan ragu-ragu untuk	Dimensi Penerimaan diri: sikap pengembangan kelebihan dan

saudara. Kedua kaya mau mulai usaha sering mikir-mikir ragu-ragu mau mulai terlalu panjang mikirnya jadinya takut gagal . Ketiga, faktor keuangan mas itu yang paling menghambat , karena sendiri takut gagal dan kebutuhan hanya pas-pasan.”		melangkah takut gagal, dan rasa takut salah yang terus menerus	potensi diri - hambatan dalam memulai usaha meliputi kurangnya dukungan, keraguan dan ketakutan gagal, serta masalah keuangan. Selain itu, keinginan untuk belajar dan memperbaiki diri tetap ada meskipun sering dianggap aneh oleh lingkungan sekitar.
“ Ngga puas mas, karena saya harus terus belajar.”	56		
“Kalau itu dengan tindakan mas, selama ini saya hanya wacana saja angan-angan saja, ya itu karena takut gagal, takut salah .”	58		
“Sering mas, seperti misal saya tau ini itu tapi justu dikira saya melakukan yang tidak baik oleh teman-teman dibilang aja aneh-anehlah itulah ya begitulah mas.”	60		
“Ya sangat kasihan mas, kadang mereka bilang; aku saja yang ada orang tua masih bingung , apalagi yang sudah ngga punya siapa-siapa. Sebagian teman-teman perhatian, walaupun banyak yang toxic seperti cara menanggapi malah menjudgegment kadang	64	Keluarga utama walaupun perasaan bingung dan toxic dari orang lain	Dimensi Relasi positif: sikap hubungan akrab terhadap orang lain - penting untuk memiliki lingkungan yang positif dan peduli, terutama bagi mereka yang tidak memiliki dukungan keluarga, meskipun terkadang ada penilaian yang tidak adil dari teman.

diceritakan keorang lain berbeda ngga sesuai kenyataan. Itu yang saya benci.”			
“Mungkin baik, tergantung kitanya juga sih . kalau kita baik insya Allah lingkungan baik.”	62		
“Alhamdulillah baik, untuk keluarga nomer satu. ”	66		
“Ada, untuk sharing curhat. ”	72		Dimensi Relasi positif: sikap saling percaya terhadap orang lain - hubungan mereka berjalan baik, saling mendukung dan mengingatkan untuk tetap optimis, serta menekankan pentingnya saling percaya dan berupaya baik di lingkungan.
“Sampai sekarang baik, ngga ada masalah, bahkan saling support. ”	74	Saling berbagi saling support	
“Yaa, paling kalau pas lagi bareng saling mengingatkan untuk selalu berusaha untuk optimis.”	76	saling mengingatkan dan saling percaya satu sama lain	
“Kalau saya ya, saling percaya selalu berupaya baik dilingkungan.”	78		
“Kadang penginnnya bantu , selagi ada. Yaa walaupun sedikit-sedikit tetap berusaha membantu. Bahkan sering membantu dan dikecewakan. Seringnya saya kesusahan malah bingung sendiri. ”	82	Mendapatkan kekecewaan dan merasa di manfaatkan	Dimensi Relasi positif: sikap peduli terhadap kebahagiaan orang lain - perasaan frustrasi karena sering membantu orang lain namun tidak mendapatkan dukungan yang sama saat mengalami kesulitan, merasakan bahwa kebaikan mereka sering dimanfaatkan tanpa imbalan.
“Kadang saya merasa ilfeel , kenapa giliran susah kesaya , saat saya susah ngga pernah bantu sama sekali. Saat saya	86		

butuh dia ngga peduli. Dan itu sering terjadi mas, mereka memanfaatkan saya.			
“Iya berusaha membantu mas, cuman ya ngga sering. Kalau saya mampu ya tak bantu. ”	92	Berupaya membantu dan mengajarkan nilai pengalamn hidup dengan menjalin kepercayaan	Dimensi Relasi positif: sikap mudah berempati terhadap orang lain - berkomitmen untuk membantu orang lain meskipun kadang mengalami kesulitan, berusaha memberikan solusi berdasarkan pengalaman pribadi, dan lebih memilih memperhatikan orang yang lebih membutuhkan sambil menjaga rasa kepercayaan.
“Setiap hari penginnnya begitu mas, karena jadi orang kalau ngga ada yang peduli kasihan mas, saya merasakan itu.”	94		
“Ya sebisa mungkin kita, ngasih solusi. Karena juga sama-sama susah kadang yang mereka curhatkan pernah saya alami, intinya sih biar ngga seperti saya yang sampai merugikan diri sendiri. Pokoknya jangan sampai kejadian seperti saya. ”	96		
“Ya kadang lebih mentingkan orang yang lebih butuh, walaupun saya lebih membutuhkan, selagi saya punya ya tak kasih.”	98		
“Ya sebisa mungkin saya menjaga itu, karena saya merasa dipercaya. ”	100		
“ Pasti itu mas, harus itu, mungkin kalau dulu saat masih usia 25 tahunan saya ngga peduli dengan siapapun mas. Karena	102	Kesadaran diri atas segala yang sudah terjadi dan	Dimensi Relasi positif: sikap memberikan kasih sayang terhadap orang lain - seiring bertambahnya usia, kesadaran akan pentingnya

ngga ada orang yang mengertikan keadaan saya gegabah pokoknya, ngga mikir kedepan ngga mikir nanti gimana wah parah. Yang merubah saya sadar bahwa perlu berkorban untuk orang yang saya cinta karena bertambahnya usia mas.”		menjaga keluarga karena sebagai harga diri	pengorbanan untuk orang yang dicintai muncul, mengutamakan keluarga sebagai prioritas utama, dan mempertahankan harga diri walau mengalami perlakuan tidak adil.
“Tidak mas, kalau untuk keluarga tetap nomer satu, apapun yang terjadi, karena apapun nanti yang terjadi pasti keluarga kita yang membantu.”	108		
“Saya ngga terima mas, kaya dulu pas saya masih nikah keluarga saya dibawa-bawa sama mantan istri saya, direndahkan sama mantan istri saya, itu yang membuat saya langsung marah dan memutuskan untuk mengakhiri hubungan dengan mantan istri saya. Pokoknya untuk keluarga adalah harga diri. Malah mending saya yang direndahkan.”	110		
“Sering dikecewakan sampai sekarang. Ada yang mendekat	112	Sering dikecewakan	Dimensi Relasi positif: sikap memiliki hubungan timbal balik

butuh kitanya saja tapi ngga susahnya kita.”		dan takut karena sering dikhianati	terhadap orang lain - ketidakpercayaan dan ketakutan terhadap pengkhianatan sering kali muncul akibat pengalaman dikecewakan, membuat seseorang ragu untuk membuka diri meski ada yang mendekat dengan niat tulus.
“ Untuk percaya sampai sekarang ada ketakutan mas, karena sering dikhianati. ”	118		

Lampiran 3. 13 Tabel Horisonalisasi Subjek III (SR)

Ucapan Subjek	Baris	Coding	Deskripsi Psikologis
“Saya masih banyak kekurangan apalagi masalah ekonomi.”	2	Rasa serba kekurangan dan sering kecewa dengan keadaan	Dimensi Penerimaan diri: sikap positif terhadap diri sendiri - sering merasa kecewa, tetap ada usaha untuk meningkatkan keadaan meskipun kehidupan dipenuhi dengan berbagai kekurangan.
“Yang sekarang dihadapi ekonomi yang kurang baik. ”	4		
“Ya, sering kecewa , cuman saya selalu berusaha.”	6		
“Kehidupannya ya kaya gini mas serba kekurangan. ”	8		
“Tanggapannya seringnya kasihan apa-apa serba kurang, tidak mampu. ”	12	Serba kekurangan dan perasan minder karena direndahkan	Dimensi Penerimaan diri: sikap menerima kekurangan diri sendiri - perasaan tertekan dan minder akibat penilaian negatif dari lingkungan sekitar, yang sering merendahkan atas alasannya yang dianggap kurang mampu secara finansial.
“Seringnya merasa minder mas, kadang merasa kog seperti ini . Saya selalu diam karena tetangga sukanya ikut campur urusan orang. Seperti saya beli sesuatu saya di rendahkan orang miskin itu jangan banyak gaya beli ini itu beli untuk kebutuhan makan dulu . Contoh beli kramik.”	14		
“Pernah, sering malah mas, apa karena saya miskin cuma gini-gini saja. ”	20		
“Kalau masa lalu berbeda dengan sekarang , kalau sekarang hidup rumah tangga	22	Kehidupan yang dijalani sangat serba	Dimensi Penerimaan diri: sikap positif tentang kehidupan masa lalu - perubahan dari masa lalu ke sekarang

harus bekerja keras untuk memenuhi kebutuhan hidup, kalau dulu masih sendiri jadinya kebutuhannya untuk sendiri, jadi dulu lebih sedikit kebutuhannya dibandingkan saat ini.”		kesusahan dan hampir putus asa	dalam kehidupan rumah tangga menciptakan kebutuhan yang lebih besar.
“Kalau dulu kerja selalu diatur sama bos, kalau sekarang tidak karena diatur sama suami. Walaupun suaminya seperti itu. Suami saya kerjanya penggembala bebek mas, penghasilannya tidak mencukupi kebutuhan sehari-hari jadi karena saya dari kecil sudah mandiri dulu kerja asisten rumah tangga terakhir kerja tahun 2015, jadinya ya saya berusaha untuk membantu ekonomi keluarga semampunya.”	24		
“Ya dibilang putus asa gimana ya mas, lah mungkin takdirnya jadi orang susah , ya diterima saja.”	30		
“Paling merasa kok punya suami kaya gini, sukanya main judi, sukanya hutang . Ya dijalani saja mas.”	36	Perasaan tertekan dan rentan marah	Dimensi Penerimaan diri: sikap positif tentang kehidupan masa kini - merasa tertekan oleh perilaku suami yang suka berjudi dan berhutang, serta mengatasi kemarahan yang muncul.
“Kadang saat ada orang ya diam,	38		

kalau tidak ada orang saya melampiasikan amarah saya. Setelah itu ya sudahlah lagi marah kaya apapun ya tidak merubah biar lebih baik. ”			
“Berpikir negatifnya gini mas, apa karena saya salah. Kok tetangga sering menggunjing saya, apa karena saya berbeda sendiri dengan mereka, saya jarang kumpul sama tetangga saya dirumah saja sama anak kalau tidak ya ke sawah nyari bekas padi.”	40		
“Ya dipuji mas, saya sudah salah malah dipuji. Lah sudahlah sederhana saja mas. Kadang saya biarkan terserah mereka mau ngomong apa. Pertama di jelek-jelekan setelah itu dipuji. Lah kaya saya bodo amat mas ngga saya hiraukan.”	42		Dimensi Penerimaan diri: sikap menerima keadaan secara positif - merasa tidak terpengaruh oleh pujian dan cemoohan yang datang bergantian, meski sering merasa tersinggung dan marah oleh komentar negatif.
“Sering tersinggung mas. Sering dijelek-jelekan bikin saya marah. Kaya saya saat mau ambil sisa padi pasti di omong dan lagi-lagi ngomong. Omongan yang ngga mengenakan.”	44	Merasa tersinggung dan direndahkan oleh orang lain memicu terjadinya keributan	
“Kadang saya merasa menjawab	46		

membalas dengan omongan, tapi orang yang merendahkan marah. Jadinya ya akhirnya ribut mas.			
“Kelebihan saya bisa berusaha semampunya saya , intinya kalau bisa sering berbagi.”	52	Berkomitmen dan memahami hambatan yang terjadi untuk mendorong sabar dan bangkit agar puas	Dimensi Penerimaan diri: sikap pengembangan kelebihan dan potensi diri - berusaha semampunya untuk berbagi meski menghadapi hambatan dari tetangga, berupaya untuk puas, bersabar, dan bangkit dari kegagalan dalam menghadapi tantangan.
“Hambatan saya tetangga mas, seringnya merendahkan, menjelek-jelekan dan suka ribut sama suami. ”	54		
“Berusaha untuk puas mas.”	56		
“Kadang mengembangkannya mungkin sabar ya mas. Kaya pas gagal ya berusaha untuk bangkit. ”	58		
“Ya itu, dih kasihan banget ya , dimana-mana orang bilang kasihan bilang kasihan tapi ngga bantu. Kalau saya lebih baik berusaha nyari dari pada dikasihani. ”	64	Konflik dengan saudara, sering dikecewakan dan direndahkan selalu digunjing oleh lingkungan	Dimensi Relasi positif: sikap hubungan akrab terhadap orang lain - merasa lebih baik berjuang sendiri daripada hanya mendapat simpati tanpa bantuan, menghadapi konflik dengan saudara, dan merasakan penghinaan dari orang lain yang sering menggunjingnya, meskipun berusaha untuk menghargai dan menghindari pertikaian.
“Masih mas. Paling sama kakak sukanya ribut tidak akur. Penyebabnya kurang tau mas dari dulu sukanya gitu sama saya.”	66		

“Jarang mas, paling kalau ketemu di jalan tanya kabar gitu, ya kadang merasa kasihan sama saya bilang gini kasihan banget kehidupanmu ya ti.”	68		
“Kecewa sih tidak, cuman kadang mikir kaya gini banget ya dirumah orang-orang pada merendahkan. Ya ikutnya sering dikecewakan mas. Saya berusaha untuk menghargai biar ngga ribut. Sukanya nyindir mas kalau saya lagi lewat orang-orang menggunjing saya.”	70		
“ Ngga punya mas.”	72	Tidak memiliki teman dekat	Dimensi Relasi positif: sikap saling percaya terhadap orang lain - merasa kekurangan dukungan sosial dan hubungan dekat, hanya memiliki sedikit orang terpercaya untuk berbagi masalah pribadi, khususnya terkait masalah suami.
“Ya ngga punya hubungan mas.”	74		
“ Tidak punya teman dekat mas.”	76		
“Paling ke orang yang terpercaya yang deket, cerita ya gitu biasane masalah suami mas.”	80		
“ Saya bantu selagi saya mampu.”	82	Saling membantu san	Dimensi Relasi positif: sikap peduli terhadap kebahagiaan orang lain -

“Saya malah peduli ke orang lain dari pada peduli kediri sendiri mas.”	84	tolong menolong	menunjukkan kepedulian dan sikap tolong-menolong terhadap orang lain, membagikan rejeki seperti beras kepada tetangga yang membutuhkan, mencerminkan nilai-nilai empati dan solidaritas.
“Kadang saya bantu karena tolong menolong , seperti tetangga sakit karena saya ada rejeki beras ya saya berikan.”	86		
“Ya saya berusaha membantu, berusaha saling berbagi. ”	92	Saling membantu dan berbagi satu sama lain	Dimensi Relasi positif: sikap mudah berempati terhadap orang lain – Pengorbanan dan kepedulian antar sesama sangat penting, di mana saling membantu meskipun dalam keadaan terbatas dapat memberikan dampak positif bagi yang membutuhkan.
“Ya peduli mas, kadang pedulinya orangnya ngga punya uang saya pinjemin walaupun saya juga butuh.”	94		
“Saya dengarkan, kalau bisa dibantu ya tak bantu. ”	96		
“Kadang saya berpikir, dibantu walaupun sedikit”	98		
“Ya rela berkorban mas, terutama untuk anak biar anak bisa makan setiap harinya biar anak terus sekolah.”	102	Rela berkorban dan memberikan kasih sayang kepada keluarga khususnya anak dan orang tua	Dimensi Relasi positif: sikap memberikan kasih sayang terhadap orang lain - pengorbanan orang tua demi anak sangat berarti, meski terdapat rasa sakit hati akibat perbandingan kehidupan dan ejekan, hanya ingin memberikan yang terbaik untuk anak-anak, meskipun harus menghadapi tantangan sosial.
“ Tetap masih sayang , Cuma saya menghindar saja mas. Kaya ngajak anak main biar ngga ribut.”	108		
“Kadang merasa tidak terima mas , paling menjawab tak tanggapai kalau orangnya merendahkan . Kaya orang tua	110		

saya diejek karena miskin ya saya tanggapai sampai akhirnya ribut mas. Padahal sama-sama miskin bedanya dia dapat bantuan dari pemerintah.”			
“Sering mas, kadang saya bantu orangnya tidak menghargai dan malah di ejek akhirnya saya jadi minder. ”	112		Dimensi Relasi positif: sikap memiliki hubungan timbal balik terhadap orang lain - pengalaman pahit dari hubungan dengan saudara, diwarnai dengan ejekan dan penindasan, menyebabkan trauma dan rasa minder yang mendalam. Ketakutan untuk menyinggung orang lain dan mengalah menjadi strategi untuk menghindari konflik, terutama setelah perubahan dalam hidup seperti pernikahan dan menjadi orang tua.
“Paling sayanya yang menghindar mungkin mas, saya takut menyinggung orang lain, seringnya saya mengalah mas.”	116		
“Cuma kadang berpikir hati-hati mas. Saya trauma sama kakak saya mas, takut kakak saya marah. Keadaan kita sama-sama susah sih mas. Ya dihati-hati saja mas. Sejak saya punya anak 1 sampai 3 kakak saya sukanya menindas saya dan saya takut sampai sekarang mas. Traumanya kalau anaknya lagi main disini kadang anaknya bilang ini itu, rumahnya samping saya. saya merasa tertekan kalau ada orangnya saya langsung masuk ke rumah. Masalah	118	Tidak dihargai dan diejek menjadi minder, rasa trauma dan takut dengan saudara	

awalnya sepele mas, dulu saat saya kerja jadi asisten rumah tangga kakak saya sering tak kasih mas, kakak saya perempuan, setelah saya menikah saya sudah ngga pernah ngasih apa-apa, sejak itu kakak saya kaya gitu sama saya mas.”			
--	--	--	--

Lampiran 3. 14 Tabel Horisonalisasi Subjek IV (MJ)

Ucapan Subjek	Baris	Coding	Deskripsi Psikologis
“Waah, kalau itu ya serba kekurangan , penginnya jadi seorang istri dan ibu yang baik untuk anak-anak, soalnya sering emosi belum bisa mengendalikan kalau marah, belum bisa ngontrol emosi mas , apalagi keadaan anak masih kecil-kecil, itu yang satu anak saya anak istimewa, yaa perlu banyak sabarnyaalah.”	2	Serba kekurangan, emosi yang tidak terkontrol, sering bertengkar dengan suami	Dimensi Penerimaan diri: sikap positif terhadap diri sendiri - kesulitan dalam mengelola emosi sebagai istri dan ibu, terutama dengan keadaan ekonomi yang menantang. Meskipun ingin menjadi orang tua yang baik, ketegangan dalam rumah tangga dan perasaan kecewa sering kali memicu konflik, namun upaya untuk memperbaiki hubungan tetap ada.
“Lagi menikmati keadaan yang mungkin (pck), gimana yah mungkin orang lihatnya ayem, padahal aslinya pusing . Gimana ngga pusing mas kebutuhan banyak sedangkan penghasilan seginikan, ada yang pernah minjam uang, halah saya aja setiap hari pusing sendiri malah minjam uang.”	4		
“Masalah kecewa mungkin adalah, kecewa mungkin gini aku kog kaya gini yah, kecewa gini nyesel adanya di akhir . Kaya habis marahi anak, ngga kerasa tanpa sadar saya mukul anak. Kadang sama suami	6		

marah-marah ngga ada salah ya tetep tak marahi.”			
“Pernah, sering malah. Masalah ekonomi mas bertengkar sama suami 2 hari ngga berbicara sama suami , ya gimana lagi karena keadaan bertengkar pun ya ngga ada solusinya. Jadi ya baikan lagi.”	10		
“Mungkin ada mas, kalau yang ngga suka ya menjelek-jelekan , kalau yang tau sifat saya yaa sudah paham kalau saya orang.e gitu. Kalau ngajak ribut ya ribut saja . Walaupun kadang mikir ribut ngga penting.”	12		Dimensi Penerimaan diri: sikap menerima kekurangan diri sendiri - perasaan minder dan penyesalan terhadap kekurangan diri, serta tantangan dalam mendukung usaha suami akibat keterbatasan. Meskipun ada keinginan untuk berkontribusi, keadaan yang ada sering menjadi penghalang.
“Yaa kadang pas kumpul-kumpul kaya ngerasa minder karena saya orang ngga mampu gitu, sedangkan yang lain orang punyalah gitu, seringnya minder sih . Tapi ya gimana lagi keadaannya kaya gini.”	14	Perasaan direndahkan di jelek-jelakan, rasa minder dan rasa menyesal, kesulitan karena banyak hambatan	
“Kadang menyesal , semua orang punya kekurangan masing-masing.”	18		
“Ya sering jadi hambatan mas, ada satu sampe sekarang jadi hambatan, saya ngga bisa naik motor jadi mau usaha bantu	20		

suami bisnis online dari rumah biar bisa COD atau tak anter jadi ngga bisa. Jadinya ngga jadi usaha bisnisnya ngga jalan. Sedangkan nunggu suami pulang pasti maghib karena kerja bagian kebersihan.”			
“Kalau masa lalu, sih mungkin kesalahan saya yah, ngga disadari ada imbasnya sekarang, yang penting ngga diulangi lagi. Seperti kenal seseorang yang saya percayai kog dia malah mengecewakan saya , akhirnya sama sekarang kesusahan .”	22	Dikecewakan dan Rasa sakit karena pernah membuat kesalahan besar merasa rugi dengan diri sendidi	Dimensi Penerimaan diri: sikap positif tentang kehidupan masa lalu - penyesalan akan kesalahan di masa lalu, terutama dalam mempercayai orang yang salah, masih terasa hingga kini, dan penting untuk belajar dari pengalaman tersebut agar tidak terulang.
“Kejadiannya udah lama sih sekitar 7 tahunan yang lalu, ngga bisa diceritakan mas, sakit banget .”	24		
“Ya harus berusaha menerima, karena mungkin itu kesalahan saya . Ternyata saya sudah membuat kesalahan besar . Penyesalannya masih kebayang sampe sekarang .”	26		
“Ya gini standar-standar saja sih, masih tetep serba susah ya kaya gini keadaanya di paksa biar serba cukup.”	32	Serba kesusahan, mengeluh keadaan dan frustrasi	Dimensi Penerimaan diri: sikap positif tentang kehidupan masa kini - merasakan kesulitan hidup yang terus-menerus dan meskipun ada rasa ketidakpuasan, mereka memilih untuk
“Puas tidak puas mungkin	36		

semua orang punya kaya gitu sifatnya, orang punya ya pasti ngga puasnya apa lagi orang yang ngga punya. Kalau saya ya ngga papa dah karena keadaanya kaya gini. Dijalani saja sih.”			menjalaninya dengan menerima keadaan dan berusaha menghadapi tantangan, bahkan sampai ingin pergi untuk mencari solusi lain.
“Pikiran negatif kadang ada, ya Allah kog saya hidupnya kaya gini susah terus , mungkin hidup saya sudah di atur gini sama Allah ya sudah tak jalani saja. Bahkan pernah saya pergi dari rumah karena saking pusingnya pengen kabur ke kerja di Jakarta. ”	40		
“Aku sih ngga mau dipuji, soalnya ngga baik juga yah soalnya banyak kurangnya jadinya ngga seneng dipuji, dibuat biasa ajalah. Terserah saya ngga mau memaksa orang untuk suka sama saya mau benci ya monggo.”	42	Perasaan tersinggung dan selalu direndahkan	Dimensi Penerimaan diri: sikap menerima keadaan secara positif – Menolak pujian karena merasa rendah diri dan menganggap hal tersebut tidak baik, sementara ia juga merasakan stigma negatif akibat status ekonomi yang rendah, yang membuatnya merasa dipandang sebelah mata oleh orang lain.
“Ya tersinggung mas, orang susah kog di puji.”	44		
“Ya kembali lagi yah, adanya saya direndahkan karena miskin orang ngga punya jadinya memandang saya	46		

sebelah mata, kaya sekarang saya ngga punya apa-apa ya direndahkan”			
“ Aku sih ngga merasa punya kelebihan , jadi ibu rumah tangga ya kaya gini, jadi istri ya kaya gitu, mau bantu suami aja ngga bisa ujung-ujungnya tetep gini-gini aja.”	52	Stagnasi dan mengeluhkan keadaan	Dimensi Penerimaan diri: sikap pengembangan kelebihan dan potensi diri - merasa tidak memiliki kelebihan, menganggap kendala ekonomi dan kebutuhan khusus anak sebagai tantangan, serta berusaha menghadapi keadaan dengan sabar meskipun kadang merasa frustrasi.
“Ya mungkin, sebenarnya masalah ekonomi bukan hambatan itu berarti memang saya yang harus berusaha lebih baik bagaimanapun caranya. Ya memang tidak bisa dipungkiri ekonomi jadi hambatan yang paling berpengaruh mau apa-apa ngga bisa. Jadi hambatannya ekonomi sama anak itu yang anak berkebutuhan khusus anak istimewa. Dan saya lebih banyak bersabar walaupun seringnya marah sama keadaan. ”	54		
“Saya sih ngga merasa punya kelebihan ya mas, biasa aja.”	56		
“Yaa, biasa aja sih. Malah ngga mau ngurusi urusan orang, karena sering kalau saya ngomong orang jadi	62	Perasaan menyinggung orang dan tidak mau ribut	Dimensi Relasi positif: sikap hubungan akrab terhadap orang lain - kecenderungan menghindari konflik dengan orang lain dan tidak

tersinggung.”			merasa kecewa, memilih untuk bersikap biasa dan mengabaikan masalah yang ada.
“Mungkin, tapi saya ngga merasa dikecewakan , tak buat biasa aja lah, males ribut sama orang.”	70		
“Ada, biasa genk kumpul ngerumpi. ”	72		Dimensi Relasi positif: sikap saling percaya terhadap orang lain - berkumpul dan berbagi cerita dengan teman-teman dapat menjadi cara efektif untuk mengurangi beban pikiran, meskipun penting untuk menjaga rahasia pribadi dan hanya berbagi dengan pasangan atau Tuhan. Teman-teman sering memberikan dukungan dan hiburan dalam masa sulit.
“Alhamdulillah ya baiklah, kemarin kumpul ngobrol-ngobrol sharing-sharing dari pada putek dirumah. ”	74		
“Ya kaya saya bersikap ngga yang menunjukkan kesusahan , cuman kadang curhat akhirnya teman-teman yang ngasih pendapat lebih ke hiburan biar ngga kepikiran biar menghilangkan beban walaupun sementara. Teman-teman responnya baik”	76	Saling berbagi pengalaman hidup tanpa menunjukkan kesusahan dan kesulitan	
“Ngga mas, paling hanya ke suami . Soalnya walapun seakrab apapun ya mas, yang namanya orang ya mas ya begitulah, lebih baik ngga menyampaikan rahasia . Menyampaiakannya kalau ngga ke suami ya ke Allah aja mas.”	80		

“Kalau aku bisa dan mampu membantu ya tak bantu, tapi keadaan saya seperti ini mas. Paling hanya ngomongin saja. Entah nanti diterima apa ngga yang penting tak sampaikan. Terserah gitu.”	82	Saling membantu, Saling peduli, Rasa bahagia, Berdoa untuk kebaikan diri	Dimensi Relasi positif: sikap peduli terhadap kebahagiaan orang lain - niat untuk membantu meski terbatas, merasa bahagia untuk orang lain, dan mencurahkan harapan untuk mencapai kebahagiaan dan keberuntungan serupa, tanpa rasa iri terhadap keadaan orang lain yang berbeda.
“Ya berusaha peduli.”	84		
“Saya ikut bahagia Alhamdulillah ya Allah, semoga aku bisa bahagia seperti mereka.”	88		
“Kalau masalah iri sih ngga, Cuma saya gini eh ya Allah kapan aku kaya mereka, mau iri gimana kemampuan orang sudah beda-beda.”	90		
“Kalau ada ya tak bantu.”	92	Berusaha membantu, Rasa empati, Memberikan solusi, dan Terbebani karena menerima rahasia	Dimensi Relasi positif: sikap mudah berempati terhadap orang lain - merasa terbebani dan mengalami kesulitan sendiri, individu tersebut masih berusaha membantu teman dan memberikan solusi, meskipun ada ketidaknyamanan dalam menangani masalah orang lain.
“ Ya kadang kasihan sama temen, walaupun keadaan saya juga sama-sama susah, cuman gimana lagi.”	94		
“Ya saya kadang ngasih solusi. Seperti harusnya kamu itu gini jangan kaya gitu. Seperti minta tolong nama suami saya untuk atas nama pengajuan bank. Ya	96		

kaya saya ngga maulah mas.”			
“Kalau ada yang curhat, saya ngerasa waduh takut, karena seperti beban buat saya, bener-bener terbebani takut ngga bisa njaga. ”	100		
“Saya sih mengutamakan keluarga mas, kalau sama orang lain biasa aja ngga yang harus menunjukkan.”	104		Dimensi Relasi positif: sikap memberikan kasih sayang terhadap orang lain – Menekankan pentingnya keluarga sebagai prioritas utama, serta ketidaksetujuan terhadap penghakiman orang lain mengenai nilai keluarga, menunjukkan rasa bangga dan perlindungan terhadap hubungan keluarga yang ada.
“Ngga Alhamdulillah, keluarga saya juga ngerti keadaan saya gini. Karena keluarga yang satu-satunya yang saya miliki.”	108		
“Saya ngga terima mas, soalnya itu keluarga saya. Belum tentu dia yang merendahkan lebih baik dari saya, seperti katanya keluarga wajah-wajah ngemis.”	110		
“ Saya responnya akan lebih baik lagi , karena mereka tau keadaan aku sifat aku. Kalau mereka ngga paham keadaan aku dan sifat aku pasti ngga baik sama aku.”	114	Memberikan yang lebih baik Kesadaram diri untuk lebih baik	Dimensi Relasi positif: sikap memiliki hubungan timbal balik terhadap orang lain - menghadapi keadaan dengan lebih baik, meskipun ada orang yang menjelekan dan mencampuri urusan pribadi. Dengan tekad untuk memaafkan dan tidak mengulang kesalahan, menyadari pentingnya ketebalan telinga dalam hidup di lingkungan yang sulit.
“Ya itu orang yang tadi, satu ngga melihat diri sendiri tapi menjelekan orang lain, dua gengsinya itu kalau hidupnya	116	Perasaan memaafkan	

lebih baik dari aku ngga masalah ya, hidupnya juga sama-sama susah, dapat bantuan pemerintah aja sok-sokan.”			
“Ngga akan, biasa aja cuman saya ngga akan cerita yang berlebihan lebih intim, walaupun masih berhubungan dengan orang itu tapi biasa aja, ngga mau mengulang kesalahan lagi, lebih ke ngga mau ngurusin urusan dia. Dan insya Allah saya berusaha memaafkan walaupun berat hati. Hidup di kampung ya harus tebal telinga, banyak ngga enak nya hidup disini. Sukanya ngurusin urusan orang.”	120		

Lampiran 3. 15 Tabel Horisonalisasi Subjek V (SM)

Ucapan Subjek	Baris	Coding	Deskripsi Psikologis
“Ya, sederhana saja.”	2	Kesederhanaan Menerima, keadaan Sesuai kemampuan, dan Apa adanya	Dimensi Penerimaan diri: sikap positif terhadap diri sendiri - kesulitan ekonomi membuat pendapatan minim dan pengeluaran berat, sehingga masyarakat harus hidup seadanya dan menyesuaikan diri dengan keadaan yang ada.
“Kalau secara ekonomi ya lumayan sulit , ya seperti ini pemakaiannya banyak pendapatannya minim, untuk bulanan berat apalagi untuk harian.”	4		
“Tidak pernah saya mas, semampunya saja mas. ”	6		
“Ya, sederhana saja mas, seadanya saja, sedapatnya saja , dikampung ya harus seperti itu.”	8		
“ Tidak pernah mas , bagaimana lagi keadaannya seperti ini.”	10		
“ Baik-baik saja mas , tidak ada masalah. Kalau sama lingkungan kalau baik ya pasti banyak temannya, kalau membuat masalah ya dijauhi orang. ”	12	Selalu baik dengan lingkungan, Kesederhanaan, Menerima keadaan, Menjalani apa yang ada	Dimensi Penerimaan diri: sikap menerima kekurangan diri sendiri - sikap penerimaan yang sederhana terhadap lingkungan sosial, menekankan pentingnya berperilaku baik untuk menjalin pertemanan dan menghindari masalah.
“Perasaannya ya biasa saja, sederhana saja mas. ”	14		
“ Menerima saja mas , apa adanya mas.”	16		
“Tidak mas, sederhana saja mas. ”	18		
“Tidak pernah mas kalau itu. Seadanya saja. ”	20		

“Dulu saat orang tua masih hidup, saya kerja ikut orang tua sebelum di rice mill ya apa adanya, kadang mencangkul, angkat kayu. Kerja dikampung ya apa adanya ya mas. ”	22	Apa adanya, Menerima segala keadaan, Keprihatinan hidup	Dimensi Penerimaan diri: sikap positif tentang kehidupan masa lalu - pengalaman hidup yang sederhana dan penuh penerimaan terhadap kenyataan adalah inti dari cerita ini, mencerminkan bahwa meskipun masa lalu penuh tantangan, hidup harus diterima apa adanya.
“Sudah kelewat, sudah lupa mas. Yang sudah terjadi ya sudah. ”	24		
“ Menerima saja mas, sudah apa adanya. ”	26		
“Biasa saja, sudah biasa prihatin dari kecil mas. ”	28		
“Tidak pernah mas, dari dulu seadanya saja. ”	30		
“ Ya seadanya saja, secukupnya mas, sedapatnya mas. Dapatnya seperti ini ya sudah diterima saja. ”	32	Mensyukuri hidup Serba kecukupan	Dimensi Penerimaan diri: sikap positif tentang kehidupan masa kini - sikap menerima keadaan dengan penuh syukur, walau dalam keterbatasan, dan menegaskan bahwa mereka sudah terbiasa hidup cukup sejak kecil.
“ Ya baik-baik saja mas. ”	34		
“ Tidak pernah mas. ”	36		
“Tidak ada sama sekali mas. Baik semuanya. ”	38		
“Tidak pernah mas, saya tidak pernah ya karena dari kecil sudah prihatin serba kecukupan. ”	40		
“ Ya diterima saja. ”	42	Rasa Menerima, Tidak pernah	Dimensi Penerimaan diri: sikap menerima keadaan secara positif - sikap menerima dengan lapang dada
“ Tidak pernah tersinggung mas. Ya, diterima saja mas, itu	44		

termasuk doa.”		tersinggung, Mendoakan yang terbaik, Tidak pernah kecewa	dan mendoakan yang terbaik untuk orang lain menandakan kedamaian dan ketulusan, di mana harapan dan kekecewaan tidak menjadi beban dalam menjalani hidup.
“Biarkan saja, didoakan supaya orangnya menjadi orang baik. ”	46		
“ Tidak pernah mengharap apa-apa mas , hidup dijalani seadanya saja.”	48		
“ Tidak pernah kecewa , seadanya saja mas.”	50		
“Walah tidak ada mas. Secukupnya saja. ”	52	Secukupnya dan Seadanya	Dimensi Penerimaan diri: sikap pengembangan kelebihan dan potensi diri - tidak pernah mengalami keluhan kesehatan yang signifikan, kecuali saat sakit atau pusing, dan cenderung menjalani kegiatan sehari-hari dengan biasa saja.
“ Paling kalau lagi sakit mas , kalau tidak sakit ya lagi pusing harus istirahat, kalau tidak seperti itu ya biasa saja tetap menjalankan kegiatan sehari-hari.”	54		
“ Tidak pernah mas. ”	56		
“ Seadanya mas. ”	58		
“ Kayanya selama ini tidak ada mas. ”	60		
“ Sangat baik dengan lingkungan mas. ”	62	Menjalin hubungan harmonis dan akrab	Dimensi Relasi positif: sikap hubungan akrab terhadap orang lain - hubungan keluarga tetap baik dan berlanjut, dengan kunjungan rutin pada hari raya, meskipun ada yang
“ Baik-baik saja, tidak ada masalah. ”	64		

“Masih mas. Masih kumpul satu rumah. ”	66		tidak pernah hadir. Teman-teman dari masa kecil juga tetap terhubung, membuktikan pentingnya pertemanan dalam lingkungan yang harmonis.
“ Masih , kadang itu yang timur Tarmidi, yang di Semarang pas hari raya kesini satu minggu pasti main kesini, terus yang selatan yang berjualan mie ayam itu teman saya dari kecil. ”	68		
“Saya tidak pernah mas. ”	70		
“Ya, ada dan sama-sama sederhana, sama-sama menerima apa adanya. ”	72	Saling menerima satu sama lain, Saling mendukung dan saling percaya	Dimensi Relasi positif: sikap saling percaya terhadap orang lain - hubungan antar anggota keluarga sangat baik, ditandai dengan dukungan mutual, kebersamaan dalam berbagai aktivitas, dan kepercayaan satu sama lain, meskipun ada batasan mengenai rahasia keluarga.
“Hubungannya sangat baik , bermain bersama kalau nonton dangdut, wayang, kumpul-kumpul ke pasar malam itu jalan kaki bareng kadang naik motor saya bonceng.”	74		
“Ya saling mendukung satu sama lain. ”	76		
“ Sama siapa saja selalu percaya, orangnya baik semua mas. Alhamdulillah baik semuanya.”	78		
“Ya, disampaikan tapi kalau rahasia keluarga tidak mas. ”	80		

“Kalau saya mampu tak bantu mas, walaupun tidak seberapa yang penting saya ikhlas. Seperti kalau ada tarikan mushola, pengajian atau bansos kematian ya saya bantu walapun tidak banyak. Kaya yang kemarin terikan halal bi halal ya saya bantu. Pokoknya semampunya kalau 50 rb ya tidak masalah kalau 100rb ya tidak masalah.”	82	Ikhlas, Sangat peduli dengan lingkungan, Saling membantu, Spiritualita, dan Perasaan senang	Dimensi Relasi positif: sikap peduli terhadap kebahagiaan orang lain - sikap dermawan dan peduli kepada sesama, berkomitmen untuk membantu dengan ikhlas tanpa mengharapkan balasan, serta mengedepankan kebaikan hati dan menghindari iri terhadap kebahagiaan orang lain.
“Sangat peduli mas.”	84		
“Ya, kalau saya ada tetap saya bantu. Walaupun orangnya tidak peduli sama saya. Yang penting sayanya baik kepada siapapun.”	86		
“Ya, tidak apa-apa. Orang punya kebahagiaannya masing-masing sudah rejekinya orang itu.”	88		
“Saya tidak pernah sama sekali mas, tidak baik kalau iri sama orang. Seadanya saja.”	90		
“Kalau saya ada dan perlu bantuan saya bantu, tenaga selalu siap tak berikan.”	92	Berempati dan Rasa peduli yang tinggi	Dimensi Relasi positif: sikap mudah berempati terhadap orang lain - menekankan pentingnya membantu

“Ada, Kadang ada orang kekurangan uang untuk anak sekolah jadinya anak tidak punya uang saku, kalau saat itu saya ada ya saya kasih mas. Melas, kan penting untuk pendidikan. ”	94		orang lain, khususnya dalam konteks pendidikan, dan menunjukkan komitmen untuk memberikan bantuan semampunya terhadap mereka yang membutuhkan.
“Ditanggapi saja mas.”	96		
“Kalau saya bisa dan mampu ya tetap tak bantu mas. Semampunya saja mas.”	98		
“ Ya, didengarkan dengan baik. ”	100		
“Kalau ada ya rela berkorban. ”	102	Rela berkorban Memberikan kasih sayang kepada siapapun Selalu berbuat baik	Dimensi Relasi positif: sikap memberikan kasih sayang terhadap orang lain - penting untuk selalu berbuat baik dan saling belas kasih kepada sesama, di mana sikap positif dan pengertian terhadap keluarga juga menjadi hal yang utama.
“Sangat baik mas. Harus selalu saling belas kasih kepada siapapun. ”	104		
“Terserah saja mas. Yang penting saya selalu baik dengan orang lain. ”	106		
“Saya tidak pernah membenci keluarga. ”	108		
“Terserah saja mas.”	110		

“ Tidak pernah mas. Baik-baik saja.”	112	Saling percaya dan Sesuai kemampuan	Dimensi Relasi positif: sikap memiliki hubungan timbal balik terhadap orang lain - saling percaya dan berbagi dalam hubungan, meskipun dengan keterbatasan yang ada.
“Saya balas lebih baik mas. ”	114		
“ Tidak ada mas.”	116		
“Tidak pernah mas. Yang penting baik ya pasti percaya. ”	118		
“Ya harus saling berbagi dengan siapapun mas, seadanya saja mas.”	120		

Lampiran 3. 16 Tabel Unit Makna Subjek I (IP)

No	Unit Makna	Makna Psikologis
A.	Dimensi <i>Self-acceptance</i> (Penerimaan diri)	
1.	<i>Self-difficult</i> (merasa kesulitan memahami, menerima, dan mengelola diri)	Situasi serba merasa sulit
		Pengalaman yang serba sulit
		Kesulitan dalam kontrol emosi
2.	<i>Alexithymia</i> (tidak mampu mengenali dan mengekspresikan emosi diri)	Rasa penyesalan
		Mengalami kesulitan terus menerus
3.	<i>Inferiorty complex</i> (merasa rendah diri dan tidak mampu dibandingkan dengan orang lain)	Perasaan berbeda dengan yang lain
		Merasa galau dan sedih
		Tidak puas dengan diri sendiri
4.	<i>Psychic numbing</i> (merasa tidak peduli terhadap penderitaan orang lain)	Perasaan frustrasi
		Merasa tidak puas
		Pelampiasan emosional
		Kesulitan menghadapi situasi
5.	<i>Avoidant</i> (sikap yang cenderung menghindari situasi sosial, keterikatan emosional, atau aktivitas baru)	Tidak puas dengan pujian
		Perasaan kecewa
		Mudah tersinggung
6.	<i>Mental block</i> (merasa buntu, kesulitan berpikir jernih, kehilangan fokus, atau kesulitan menghadapi masalah)	Ketidakpuasan
		Merasa kesulitan
B.	Dimensi <i>Positive relationship</i> (Relasi positif)	
1.	<i>Emotionally unavailable</i> (tidak mampu terlibat secara emosional dalam suatu hubungan)	Menghadapi kesulitan menjalin relasi
2.	<i>Mutual trust</i> (mampu menjalin kepercayaan dan bekerjasama secara efektif)	Perasaan akrab
		Menjalin kepercayaan
3.	<i>Anhedonia relationship</i> (ketidakmampuan untuk merasakan kesenangan atau kebahagiaan dalam interaksi apapun)	Sikap acuh tak acuh
		Kurang rasa saling peduli
		Tidak memiliki motivasi membantu
4.	<i>Empathy relationship</i> (kemampuan untuk memahami dan merasakan apa yang dirasakan)	Memiliki komunikasi yang baik
		Saling percaya

	orang lain, baik pikiran, emosi, maupun pengalaman mereka)	Saling mendukung
		Memberikan solusi satu sama lain
5.	<i>Affection relationship</i> (hubungan yang dibangun dan dipertahankan melalui rasa suka, perhatian, dan kasih sayang yang saling diberikan dan diterima)	Berani berkorban
		Memberikan kasih sayang
		Saling memberikan timbal balik
6.	<i>Traumatic relationship</i> (hubungan yang menimbulkan atau memperburuk psikologis pada salah satu atau kedua pihak yang terlibat)	Merasa kecewa dan dikecewakan
		Perasaan sakit hati
		Rasa trauma dan ketakutan

Lampiran 3. 17 Tabel Unit Makna Subjek II (SF)

No	Unit Makna	Makna Psikologis
A.	Dimensi <i>Self-acceptance</i> (Penerimaan diri)	
1.	<i>Self-difficult</i> (merasa kesulitan memahami, menerima, dan mengelola diri)	Merasa kesulitan menilai diri sendiri
		Mengalami kekecewaan
		Rasa penyesalan
		Merasa berbeda dengan orang lain
		Sulit mengekspresikan emosi
2.	<i>Alexithymia</i> (tidak mampu mengenali dan mengekspresikan emosi diri)	Perasaan sedih
		Perasaan penyesalan
		Takut mengalami kegagalan
		Merasa tidak berdaya
		Tidak ada dukungan perasaan
3.	<i>Inferiorty complex</i> (merasa rendah diri dan tidak mampu dibandingkan dengan orang lain)	Merasakan kehilangan
		Rasa Putus asa
		Mengatasi rasa sakit
4.	<i>Self-mindfulness</i> (kesadaran akan pikiran, perasaan tanpa menghakimi untuk lebih memahami diri)	Memperbaiki diri
		Sedikit rasa takut
		Optimis
		Berhati-hati dalam melangkah
5.	<i>Avoidant</i> (sikap yang cenderung menghindari situasi sosial, keterikatan emosional, atau aktivitas baru)	Merasakan kesedihan
		Perasaan kecewa
		Perilaku impuls
		Mengalami keterpurukan
6.	<i>Mental block</i> (merasa buntu, kesulitan berpikir jernih, kehilangan fokus, atau kesulitan menghadapi masalah)	Merasakan hambatan
		Kurang mendapatkan dukungan
		Muncul rasa ragu-ragu
		Takut melangkah
		Justifikasi aneh dari lingkungan
B.	Dimensi <i>Positive relationship</i> (Relasi positif)	

1.	<i>Platonic relationship</i> (kemampuan menjalin hubungan dekat antara dua orang yang berbagi emosional dan komunikasi yang mendalam)	Berpikir positif
		Saling Peduli
		Mendapatkan dukungan keluarga
2.	<i>Mutual trust</i> (kemampuan menjalin kepercayaan dan bekerjasama secara efektif)	Saling mendukung dan optimis
		Menjalin kepercayaan
3.	<i>Anhedonia relationship</i> (ketidakmampuan untuk merasakan kesenangan atau kebahagiaan dalam interaksi apapun)	Perasaan frustrasi
		Mengalami kesulitan
		Merasa sering dimanfaatkan
4.	<i>Empathy relationship</i> (kemampuan untuk memahami dan merasakan apa yang dirasakan orang lain, baik pikiran, emosi, maupun pengalaman mereka)	Saling membantu
		Memberikan solusi dari pengalaman
		Rasa perhatian
		Menjaga rasa saling percaya
5.	<i>Affection relationship</i> (kemampuan menjalin hubungan yang dibangun dan dipertahankan melalui rasa suka, perhatian, dan kasih sayang yang saling diberikan dan diterima)	Munculnya kesadaran diri
		Berkorban untuk orang yang dicintai
		Harga diri
6.	<i>Traumatic relationship</i> (hubungan yang menimbulkan atau memperburuk psikologis pada salah satu atau kedua pihak yang terlibat)	Rasa ketidakpercayaan
		Ketakutan
		Merasa dikhianati
		Perasaan dikecewakan
		Rasa keraguan terhadap orang lain

Lampiran 3. 18 Tabel Unit Makna Subjek III (SR)

No	Unit Makna	Makna Psikologis
A.	Dimensi <i>Self-acceptance</i> (Penerimaan diri)	
1.	<i>Self-difficult</i> (merasa kesulitan memahami, menerima, dan mengelola diri)	Kesulitan menghadapi masalah
		Merasa kecewa
		Serba kekurangan
2.	<i>Alexithymia</i> (tidak mampu mengenali dan mengekspresikan emosi diri)	Merasa tertekan
		Perasaan minder
		Direndahkan lingkungan
3.	<i>Inferiorty complex</i> (merasa rendah diri dan tidak mampu dibandingkan dengan orang lain)	Perubahan yang semakin sulit
		Rasa tidak mampu memenuhi kebutuhan
4.	<i>Psychic numbing</i> (merasa tidak peduli terhadap penderitaan orang lain)	Perasaan tertekan
		Impuls
		Emosional yang tidak terkontrol
5.	<i>Avoidant</i> (sikap yang cenderung menghindari situasi sosial, keterikatan emosional, atau aktivitas baru)	Perasaan tersinggung
		Rasa marah
6.	<i>Self-development</i> (proses untuk meningkatkan kualitas hidup, termasuk potensi dan bakat)	Selalu optimis
		Merasa puas
		Bersabar
		<i>Locus of control</i>
B.	Dimensi <i>Positive relationship</i> (Relasi positif)	
1.	<i>Emotionally unavailable</i> (tidak mampu terlibat secara emosional dalam suatu hubungan)	Menolak bantuan
		Konflik dengan saudara
		Mendapatkan penghinaan
2.	<i>Trust issue</i> (kondisi di mana seseorang kesulitan untuk percaya pada orang lain)	Kurang dukungan
		Sedikit kepercayaan
		Permasalahan rumah tangga
3.	<i>Altruisme relationship</i> (sikap yang mengutamakan kepentingan dan kebaikan orang lain di atas kepentingan diri sendiri)	Rasa peduli
		Sikap tolong menolong
		Memiliki nilai solidaritas

4.	<i>Empathy relationship</i> (kemampuan untuk memahami dan merasakan apa yang dirasakan orang lain, baik pikiran, emosi, maupun pengalaman mereka)	Rela berkorban
		Rasa peduli
		Saling membantu
5.	<i>Affection relationship</i> (hubungan yang dibangun dan dipertahankan melalui rasa suka, perhatian, dan kasih sayang yang saling diberikan dan diterima)	Rasa kasih sayang utuh
		Memberikan yang terbaik
		Menghadapi segala tantangan
6.	<i>Social isolation</i> (merasa terpisah dari lingkungan sosialnya, tidak memiliki banyak kontak sosial, atau memiliki hubungan yang tidak memuaskan)	Tertindas
		Diperlakukan diskriminasi
		Perasaan takut
		Rasa minder
		Takut menyinggung

Lampiran 3. 19 Tabel Unit Makna Subjek IV (MJ)

No	Unit Makna	Makna Psikologis
A.	Dimensi <i>Self-acceptance</i> (Penerimaan diri)	
1.	<i>Self-difficult</i> (merasa kesulitan memahami, menerima, dan mengelola diri)	Kesulitan mengelola emosi
		Perasaan kecewa
2.	<i>Alexithymia</i> (tidak mampu mengenali dan mengekspresikan emosi diri)	Perasaan minder
		Rasa menyesal
3.	<i>Inferiorty complex</i> (merasa rendah diri dan tidak mampu dibandingkan dengan orang lain)	Penyesalan terhadap masa lalu
		Perasaan dikecewakan
4.	<i>Psychic numbing</i> (merasa tidak peduli terhadap penderitaan orang lain)	Serba kesulitan
		Rasa tidak puas
5.	<i>Avoidant</i> (sikap yang cenderung menghindari situasi sosial, keterikatan emosional, atau aktivitas baru)	Merasa rendah diri
		Merasakan stigma negatif
6.	<i>Mental block</i> (merasa buntu, kesulitan berpikir jernih, kehilangan fokus, atau kesulitan menghadapi masalah)	Merasa tidak memiliki kelebihan
		Merasa frustrasi
B.	Dimensi <i>Positive relationship</i> (Relasi positif)	
1.	<i>Emotionally unavailable</i> (tidak mampu terlibat secara emosional dalam suatu hubungan)	Menghindar dari orang lain
		Mengabaikan masalah
2.	<i>Mutual trust</i> (mampu menjalin kepercayaan dan bekerjasama secara efektif)	Saling berbagi
		Saling memberi dukungan
3.	<i>Altruisme relationship</i> (sikap yang mengutamakan kepentingan dan kebaikan orang lain di atas kepentingan diri sendiri)	Saling membantu
		Perasaan bahagia
		Memberikan harapan
4.	<i>Empathy relationship</i> (kemampuan untuk memahami dan merasakan apa yang dirasakan orang lain, baik pikiran, emosi, maupun pengalaman mereka)	Merasa terbebani dengan rahasia orang
		Saling memberikan solusi
5.	<i>Affection relationship</i> (hubungan yang dibangun dan dipertahankan melalui rasa suka, perhatian, dan kasih sayang yang saling diberikan dan diterima)	Mementingkan keluarga
		Rasa bangga
		Memberikan perlindungan

6.	<i>Reciprocal relationship</i> (hubungan memberi dan menerima, dengan saling menguntungkan)	Optimis
		Memiliki tekad
		Saling memaafkan

Lampiran 3. 20 Tabel Unit Makna Subjek V (SM)

No	Unit Makna	Makna Psikologis
A.	Dimensi <i>Self-acceptance</i> (Penerimaan diri)	
1.	<i>Self-awareness</i> (kemampuan untuk menahan diri sendiri secara menyeluruh, termasuk sifat, karakter, emosi, perasaan, pikiran, dan cara beradaptasi dengan lingkungan)	Penyesuaian diri
		Kesederhanaan
2.	<i>Self-compassion</i> (kemampuan untuk bersikap baik dan menerima diri sendiri di tengah kesulitan dan ketidaksempurnaan)	Sikap menerima
		Berperilaku baik satu sama lain
3.	<i>Self-kindness</i> (kemampuan bersikap baik, pengertian, dan lembut pada diri sendiri, terutama saat mengalami kesulitan atau kesalahan)	Pengalaman baik
		Penerimaan yang utuh
4.	<i>Self-mindfulness</i> (kemampuan kesadaran akan pikiran, perasaan tanpa menghakimi untuk lebih memahami diri)	Menerima keadaan
		Bersyukur penuh
5.	<i>Self-efficacy</i> (kemampuan untuk mengatur dan melaksanakan tindakan tertentu guna mencapai tujuan yang diinginkan)	Menerima dengan lapang dada
		Mendoakan yang terbaik
6.	<i>Self-development</i> (Kemampuan untuk meningkatkan kualitas hidup seseorang, dengan fokus pada pengembangan potensi dan bakat yang dimiliki)	Tidak pernah mengeluh
		Optimis
B.	Dimensi <i>Positive relationship</i> (Relasi positif)	
1.	<i>Platonic relationship</i> (kemampuan menjalin hubungan dekat antara dua orang yang berbagi emosional dan komunikasi yang mendalam)	Hubungan baik dengan keluarga
		Harmonis
2.	<i>Mutual trust</i> (kemampuan menjalin kepercayaan dan bekerjasama secara efektif)	Saling memberi dukungan
		Saling percaya satu sama lain

3.	<i>Altruisme relationship</i> (kemampuan bersikap yang mengutamakan kepentingan dan kebaikan orang lain di atas kepentingan diri sendiri)	Sikap dermawan
		Rasa Ikhlas
		Berkomitmen
4.	<i>Empathy relationship</i> (kemampuan untuk memahami dan merasakan apa yang dirasakan orang lain, baik pikiran, emosi, maupun pengalaman mereka)	Memberikan bantuan
		Rasa peduli
5.	<i>Affection relationship</i> (kemampuan menjalin hubungan yang dibangun dan dipertahankan melalui rasa suka, perhatian, dan kasih sayang yang saling diberikan dan diterima)	Selalu menunjukkan kebaikan
		Memberikan belas kasih
		Sikap pengertian
6.	<i>Reciprocal relationship</i> (kemampuan menjalin hubungan memberi dan menerima, dengan saling menguntungkan)	Saling percaya
		Sikap berbagi

Lampiran 3. 21 Foto atau Data Pendukung



Subjek I IP



Subjek I IP



Subjek II SF



Subjek II SF



Subjek III SR



Subjek III SR



Subjek IV MJ



Subjek IV MJ



Subjek V SM



Subjek V SM



Subjek I IP



Subjek II SF



Subjek III SR



Subjek IV MJ



Subjek V SM

Lampiran 3. 22 Surat Izin Riset/Penelitian



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO SEMARANG
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN

Jl. Prof. Dr. Hamka Kampus III Ngaliyan telp/fax (024)76430819 Semarang 50185
Email: fpk@walisongo.ac.id; Website: fpk.walisongo.ac.id

Nomor : 1142/Un.10.7/D1/KM.00.01/04/2025
Lamp : -
Hal : Permohonan Izin Riset/Penelitian

Semarang, 17 April 2025

Yth.
Camat Kecamatan Randudongkal

Di Tempat

Assalamu`alaikum Wr. Wb.

Dengan Hormat, Kami sampaikan bahwa dalam rangka penyusunan Skripsi untuk mencapai gelar Sarjana pada Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang, dengan ini kami memohon kesediaan Bapak/Ibu untuk memberikan izin riset kepada :

Nama : Hauzaani Nazhiif Albahiy
NIM : 2007016059
Program Studi : Psikologi
Semester : X
Judul Skripsi : Psychological well-being pada keluarga miskin di wilayah Kecamatan Randudongkal Kabupaten Pemalang
Waktu Penelitian : April 2025
Lokasi Penelitian : Kecamatan Randudongkal Kabupaten Pemalang

Demikian surat permohonan riset, dan dipergunakan sebagaimana mestinya.
Wassalamu`alaikum Wr. Wb.

An. Dekan,
Wakil Dekan Bidang Akademik
& Kelembagaan



Nadiatus Salama, Ph.D
NIP.197806112008012016

Tembusan :
Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo Semarang

Lampiran 3. 23 Surat Dinas Sosial Kabupaten Pemalang



**PEMERINTAH KABUPATEN PEMALANG
DINAS SOSIAL, PENGENDALIAN PENDUDUK, KELUARGA
BERENCANA, PEMBERDAYAAN PEREMPUAN
DAN PERLINDUNGAN ANAK**

Alamat : Jln. Gatot Subroto No. 37, Pemalang, Jawa Tengah Kode Pos 52319,
Telp. / Fax. (0284) 321193, Laman : dinsoskbpp.pemalangkab.go.id

Pemalang, 20 April 2025

Nomor : 400.9.11/464 /DINSOSKBPP/2025
Sifat : Penting
Lampiran : 1 (satu) Exp
Perihal : Pemberian Ijin Penelitian

Yth.

Wakil Dekan Bidang Akademik & Kelembagaan
Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Islam
Negeri Walisongo Semarang

di.

SEMARANG

Menunjuk surat Saudara nomor : 1142/Un.10.7/D1/KM.00.01/04/2025
tanggal 17 April 2025 hal permohonan ijin riset/penelitian untuk menyelesaikan tugas
akhir/penyusunan karya ilmiah, atas nama :

Nama : Hauzaani Nazhiif Albahiy
NIM : 2007016059
Program Studi : Psikologi
Semester : X
Judul Skripsi : *Psychological well-being* pada keluarga miskin di wilayah
Kecamatan Randudongkal Kabupaten Pemalang
Waktu Penelitian : April 2025
Lokasi Penelitian : Kecamatan Randudongkal Kabupaten Pemalang

Dengan ini disampaikan bahwa pada prinsipnya kami tidak keberatan untuk
memberikan ijin dimaksud di Kecamatan Randudongkal Kabupaten Pemalang dan
diharapkan tidak mengganggu stabilitas masyarakat, serta melaporkan hasilnya ke
Dinas Sosial Pengendalian Penduduk Keluarga Berencana Pemberdayaan Perempuan
Dan Perlindungan Anak Kabupaten Pemalang.

Demikian untuk menjadikan maklum.

Plh. Kepala Dinas Sosial,
Pengendalian Penduduk, Keluarga Berencana,
Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak

Kabupaten Pemalang
Sekretaris

SUPADI, A.K.S., M.H.
Pemula Tingkat I

NIP. 19681212 198803 1 004

Tembusan Kepada Yth :
1. Bapak Bupati Pemalang (sebagai laporan);
2. Camat Randudongkal;
3. TKSK Randudongkal;

Lampiran 3. 24 Surat FK-TKSK Kementerian Sosial RI



FORUM KOMUNIKASI TENAGA KESEJAHTERAAN SOSIAL

KECAMATAN (FK-TKSK) KABUPATEN PEMALANG

Alamat : Jln. Gatot Subroto No. 37, Pemalang, Jawa Tengah 52319,
Telp. / Fax. (0284) 321193, Laman : dinsoskbpp.pemalangkab.go.id



Pemalang, 20 April 2025

Nomor : 005/02/fk-tkskpml/IV/2025
Sifat : -
Lampiran : -
Hal : Pemberian Ijin Penelitian

Kepada Yth :

Wakil Dekan Bidang Akademik &
Kelembagaan Fakultas Psikologi dan
Kesehatan Universitas Islam Negeri
Walisongo Semarang
di

SEMARANG

Menunjuk surat Saudara nomor : 1142/Un.10.7/D1/KM.00.01/04/2025
tanggal 17 April 2025 hal permohonan ijin riset/penelitian untuk menyelesaikan tugas
akhir/penyusunan karya ilmiah, atas nama :

Nama : Hauzaani Nazhiif Albahiy
NIM : 2007016059
Program Studi : Psikologi
Semester : X
Judul Skripsi : *Psychological well-being* pada keluarga miskin di wilayah
Kecamatan Randudongkal Kabupaten Pemalang
Waktu Penelitian : April 2025
Lokasi Penelitian : Kecamatan Randudongkal Kabupaten Pemalang

Dengan ini disampaikan bahwa pada prinsipnya kami tidak keberatan untuk
memberikan ijin dimaksud di Kecamatan Randudongkal Kabupaten Pemalang dan
diharapkan tidak mengganggu stabilitas masyarakat, serta melaporkan hasilnya ke
Dinas Sosial Pengendalian Penduduk Keluarga Berencana Pemberdayaan Perempuan
Dan Perlindungan Anak Kabupaten Pemalang.

Demikian untuk menjadikan maklum.


KOORDINATOR TKSK
KABUPATEN PEMALANG

SLAMET IRWANTO