

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Alasan Pemilihan Teori

Teori yang digunakan dalam penelitian ini adalah teori *gratitude* dari McCullough (2004). Teori ini digunakan karena sesuai dengan fenomena yang diangkat oleh peneliti, yakni mengenai sikap *gratitude* yang ditunjukkan oleh Relawan komunitas tanpa batas di Kota Bandung seperti seringnya merasakan emosi *gratitude*, dapat mensyukuri apa yang didapatkannya, menghargai kebaikan orang lain, mensyukuri segala hal yang ada.

Sedangkan untuk teori *Subjective well-being* menggunakan teori dari Diener (2003) karena sesuai dengan fenomena, seperti sering merasakan emosi-emosi positif, menilai kehidupannya memuaskan, senang saat bersama anak-anak jalanan, dapat merasa bahagia dan tetap sejahtera dengan kegiatan yang mereka lakukan serta dapat membangun relasi yang baik.

2.2 Teori Subjective well-being

2.2.1 Pengertian Subjective well-being

Diener menggunakan istilah *Subjective well-being* sebagai sinonim dari kebahagiaan. *Subjective well-being* merupakan bagian dari *happiness*, istilah *happines* dan *Subjective well-being* ini juga sering digunakan bergantian (Diener & Bisswass, 2008). *Subjective well-being* (SWB) yaitu

suatu konsep umum yang mengevaluasi kehidupan manusia. *Subjective well being* merupakan evaluasi subyektif seseorang mengenai kehidupan termasuk konsep-konsep seperti kepuasan hidup, emosi menyenangkan, *fulfilment*, dan tingkat emosi tidak menyenangkan yang rendah (Diener, 2003).

Diener, Lucas, Oishi (2005) mendefinisikan *Subjective well-being* sebagai evaluasi kognitif dan afektif seseorang tentang hidupnya. Evaluasi ini meliputi penilaian emosional terhadap berbagai kejadian yang dialami yang sejalan dengan penilaian kognitif terhadap kepuasan dan pemenuhan kebutuhan. Seseorang dideskripsikan mempunyai *Subjective well-being* yang tinggi apabila ia menilai kepuasan hidupnya tinggi, dan merasakan afek positif lebih sering dibandingkan afek negatif (Diener & Lucas dalam Ryan & Deci, 2001).

Berdasarkan pengertian diatas maka dapat disimpulkan bahwa *Subjective well-being* adalah perasaan yang tercipta dari evaluasi hidup seseorang yang terdiri dari perasaan kepuasan hidup, kebahagiaan, pengalaman menyenangkan dan rendahnya tingkat mood negatif yang cenderung dapat membuat seseorang bersikap lebih bahagia dan lebih puas di dalam hidupnya.

2.2.2 Aspek Subjective Well Being

Aspek-aspek *Subjective well-being* Menurut Diener (dalam Eid & Larsen, 2008) terbagi dalam dua aspek umum, yaitu:

1. Aspek Kognitif

Aspek kognitif adalah evaluasi dari kepuasan hidup, yang didefinisikan sebagai penilaian dari hidup seseorang. Evaluasi terhadap kepuasan hidup dapat dibagi menjadi:

- a. Evaluasi terhadap kepuasan hidup secara global (*global life satisfaction*), yaitu evaluasi responden terhadap kehidupannya secara menyeluruh. Kepuasan hidup secara global dimaksudkan untuk mempresentasikan penilaian responden secara umum dan reflektif terhadap kehidupannya. Secara lebih spesifik, kepuasan hidup secara global melibatkan persepsi seseorang terhadap perbandingan keadaan hidupnya dengan standar unik yang mereka miliki. Dalam *global life satisfaction*, seseorang melakukan evaluasi terhadap kepuasan dari keseluruhan hidupnya, dan hal ini berbeda dengan melakukan penjumlahan kepuasan dari masing-masing area kehidupan (Diener dan Lucas, 1999).
- b. Evaluasi terhadap kepuasan pada domain tertentu (*Specific Domain Satisfaction*), adalah penilaian yang dibuat seseorang dalam mengevaluasi domain dalam kehidupannya, seperti kesehatan fisik dan mental, pekerjaan, rekreasi, hubungan sosial dan keluarga. Kedua komponen tersebut tidak sepenuhnya terpisah. Evaluasi terhadap kepuasan hidup secara global merupakan refleksi dari persepsi seseorang terhadap hal-hal yang ada dalam hidupnya, ditambah dengan bagaimana kultur mempengaruhi pandangan hidup yang positif dari seseorang. Dalam melakukan penilaian

mengenai kepuasan hidup secara umum, individu kemungkinan besar akan menggunakan formasi mengenai kepuasan pada salah satu aspek hidup yang ia anggap paling penting (Diener, Scollon, Oishi, Dzokoto, dan Suh, 2000 dalam Erlangga).

2. Aspek Afektif

Menurut Diener (2003) definisi afeksi adalah evaluasi individu mengenai kejadian-kejadian yang dialami dalam hidupnya. Aspek afektif *Subjective well-being* merefleksikan pengalaman dasar dalam peristiwa yang terjadi di dalam hidup seseorang. Dengan meneliti tipe-tipe dari reaksi afektif yang ada seorang peneliti dapat memahami cara seseorang mengevaluasi kondisi dan peristiwa di dalam hidupnya. Aspek afektif *Subjective well-being* dapat dibagi menjadi:

a. Afek positif (*positive affect*)

Afek positif adalah sebuah dimensi suasana hati yang terdiri dari emosi-emosi positif, seperti kesenangan, ketenangan diri, kegembiraan, dan lain-lain. Afek positif mempresentasikan mood dan emosi yang menyenangkan seperti kasih sayang. Emosi positif atau menyenangkan adalah bagian dari *Subjective well-being* karena emosi-emosi tersebut merefleksikan reaksi seseorang terhadap peristiwa-peristiwa yang menunjukkan bahwa hidup berjalan sesuai dengan apa yang ia inginkan.

Afek positif terlihat dari emosi-emosi spesifik seperti tertarik atau berminat akan sesuatu (*interested*), gembira (*excited*), kuat (*strong*), antusias (*enthusiastic*), waspada atau siap siaga (*alert*),

bangga (proud), bersemangat (inspired), penuh tekad (determined), penuh perhatian (attentive), dan aktif (active). Afek negatif adalah sebuah dimensi suasana hati yang terdiri atas kesedihan, kecemasan, kemarahan, stress, dan lain-lain. Afek positif dapat diukur dari frekuensi munculnya emosi-emosi positif, sedangkan afek negatif dapat diukur dari frekuensi munculnya emosi-emosi negatif dalam keseharian hidupnya (Diener, 1999).

b. Afek negatif (*negative affect*)

Afek negatif adalah prevalensi dari emosi dan mood yang tidak menyenangkan dan merefleksikan respon negatif yang dialami seseorang sebagai reaksinya terhadap kehidupan, kesehatan, keadaan, dan peristiwa yang mereka alami. Afek negatif terlihat dari emosi-emosi spesifik seperti sedih atau susah (distressed), kecewa (disappointed), bersalah (guilty), takut (scared), bermusuhan, (hostile), lekas marah (irritable), malu (shamed), gelisah (nervous), gugup (jittery), khawatir (afraid).

Diener (2003) menyatakan bahwa tingginya afek positif bukan berarti rendahnya afek negatif sebagaimana orang melihatnya dalam sebuah kontinum. Oleh karena masing-masing berdiri sendiri itulah, keduanya harus diukur secara terpisah. Menurut Diener (1994) kepuasan hidup dan banyaknya afek positif serta negatif dapat saling berkaitan, hal ini disebabkan oleh penilaian seseorang terhadap kegiatan-kegiatan yang dilakukan, masalah, dan kejadian-kejadian dalam hidupnya, dipengaruhi oleh banyaknya afek yang dirasakan selama melakukan penilaian (Diener

dkk, 2002). Sekalipun kedua hal ini berkaitan, namun keduanya berbeda. Kepuasan hidup merupakan penilaian mengenai hidup seseorang (baik secara menyeluruh maupun secara spesifik), sedangkan afek positif dan negatif terdiri dari reaksi-reaksi berkelanjutan terhadap kejadian-kejadian yang dialami.

Dapat disimpulkan bahwa terdapat dua komponen yang ada dalam *Subjective well-being* yaitu komponen kognitif dan komponen aktif, dimana komponen kognitif ini berfungsi sebagai proses pengevaluasian dari kepuasan hidup, sedangkan komponen afektif yaitu berupa refleksi pengalaman terkait dengan peristiwa yang terjadi di kehidupan seseorang.

2.2.3 Pengaruh Subjective Well Being Pada Individu

Diener (1997) mengatakan bahwa evaluasi individu mengenai kehidupannya dapat dilakukan dalam bentuk kognitif, misalnya pada saat individu memberikan penilaian secara sadar mengenai kehidupannya secara keseluruhan atau kehidupannya dalam aspek-aspek tertentu. Maupun dalam bentuk afeksi yaitu saat individu mengalami suasana hati dan emosi menyenangkan atau tidak menyenangkan sebagai reaksi terhadap kehidupannya, oleh karena itu individu dikatakan memiliki *Subjective well-being* yang tinggi bila individu tersebut mengalami kepuasan dalam hidup dan kesenangan, serta jarang mengalami emosi yang tidak menyenangkan seperti kesedihan dan kemarahan. Sedangkan individu dikatakan memiliki *Subjective well-being* rendah jika individu tersebut merasa tidak puas dengan hidupnya, jarang merasakan

kebahagiaan dan kasih sayang serta sering kali merasakan emosi-emosi negatif seperti kemarahan dan kecemasan.

Myers dan Diener (1995) menjelaskan bahwa individu yang memiliki tingkat *Subjective well-being* yang tinggi, ditandai dengan adanya emosi-emosi yang menyenangkan dan kemampuan menghargai serta memandang setiap peristiwa yang terjadi secara positif. Sedangkan individu yang memiliki tingkat *Subjective well-being* yang rendah memandang peristiwa-peristiwa yang terjadi dalam kehidupannya sebagai sesuatu yang tidak menyenangkan, dan oleh karenanya menimbulkan emosi-emosi yang tidak menyenangkan, seperti kecemasan, depresi dan kemarahan.

Diener (2000) menyebutkan bahwa rata-rata individu yang bahagia cenderung lebih produktif dan ramah dalam pergaulan. Oleh karena itu, individu dengan tingkat *Subjective well-being* yang tinggi cenderung menguntungkan bagi masyarakat dan tidak ada bukti yang menunjukkan bahwa mereka akan membahayakan. Disamping itu berdasarkan penelitian yang dilakukan di bangsabangsa barat, menunjukkan bahwa adanya pengalaman emosi yang positif dapat menimbulkan sindrom yang berkaitan dengan karakteristik tingkah laku seperti (1) kemampuan bersosialiasi, (2) rasa percaya diri dan energik, (3) memiliki keterikatan dengan aktivitas yang dilakukan, (4) altruisme, (5) memiliki kreatifitas, (6) kemungkinan memiliki daya tahan tubuh dan fungsi kardiovaskular yang baik (Diener, 2002).

2.2.4 Faktor yang Mempengaruhi *Subjective Well Being*

Menurut Pavot dan Diener (dalam Linely dan Joseph, 2004: 681) factor-faktor yang mempengaruhi *Subjective well-being* adalah sebagai berikut:

1. Perbedaan Jenis kelamin

Diener (2009) menyatakan bahwa secara umum tidak terdapat perbedaan *Subjective well-being* yang signifikan antara pria dan wanita, namun wanita memiliki intensitas perasaan negatif dan positif yang lebih banyak dibandingkan pria.

2. Tujuan

Diener menyatakan bahwa orang-orang merasa bahagia ketika mereka mencapai tujuan yang dinilai tinggi dibandingkan dengan tujuan yang dinilai rendah. Contohnya, kelulusan di perguruan tinggi negeri dinilai lebih tinggi dibandingkan dengan kelulusan ulangan bulanan.

Emmons (dalam Diener, 1999) menyatakan bahwa berbagai bentuk tujuan seseorang, termasuk adanya tujuan yang penting, kemajuan tujuan-tujuan yang dimiliki, dan konflik dalam tujuan-tujuan yang berbeda memiliki implikasi pada emosional dan kognitif.

3. Agama dan spiritualitas

Diener (2009) menyatakan bahwa secara umum orang yang religius cenderung untuk memiliki tingkat *well being* yang lebih tinggi, dan lebih spesifik. Partisipasi dalam pelayanan religius, afiliasi, hubungan dengan Tuhan, dan berdoa dikaitkan dengan tingkat *well being* yang lebih tinggi.

4. Kualitas hubungan sosial

Penelitian yang dilakukan oleh Seligman (Diener, 2003) menunjukkan bahwa semua orang yang paling bahagia memiliki kualitas hubungan sosial yang dinilai baik. Diener (2003) menyatakan bahwa hubungan yang dinilai baik tersebut harus mencakup dua dari tiga hubungan sosial berikut ini, yaitu keluarga, teman, dan hubungan romantis. Arglye dan Lu menyatakan bahwa kebahagiaan berhubungan dengan jumlah teman yang dimiliki, frekuensi bertemu, dan menjadi bagian dari kelompok.

5. Kepribadian

Tatarkiewicz (dalam Diener 1984) menyatakan bahwa kepribadian merupakan hal yang lebih berpengaruh pada *Subjective well-being* dibandingkan dengan faktor lainnya. Hal ini dikarenakan beberapa variabel kepribadian menunjukkan kekonsistenan dengan *subjective wellbeing* diantaranya self esteem. Campbell (dalam Diener, 1984) menunjukkan bahwa kepuasan terhadap diri merupakan prediktor kepuasan terhadap hidup namun *self esteem* ini juga akan menurun selama masa ketidakbahagiaan (Laxer dalam Diener, 1984).

6. Pengaruh sosial/budaya

Pengaruh masyarakat bahwa perbedaan *Subjective well-being* dapat timbul karena perbedaan kekayaan Negara. Ia menerangkan lebih lanjut bahwa kekayaan Negara dapat menimbulkan *Subjective well-being* yang tinggi karena biasanya Negara yang kaya menghargai hak asasi manusia,

memungkinkan orang yang hidup disitu untuk berumur panjang dan memberikan demokrasi.

2.3 *Gratitude*

2.3.1 Pengertian *Gratitude*

Gratitude Menurut Emmons (2007) bahwa kata *gratia* selalu berhubungan dengan kebaikan, kemurahan hati, dan keindahan memberi maupun menerima. *Gratitude* memiliki kedudukan utama dalam berbagai pandangan filosofis maupun religius. Agama-agama seperti Islam, Kristen, Hindu dan Buddha telah mengakui pentingnya *Gratitude* (Emmons dan Crumpler, 2000) sehingga *Gratitude* disebut sebagai nilai terbesar dalam diri individu dan menjadi induk dari nilai-nilai kebaikan yang lain.

Menurut McCullough M. E., (2004) *Gratitude* di pandang sebagai emosi moral yang sama dengan empati, simpati, perasaan malu dan perasaan bersalah. Empati dan simpati timbul ketika seseorang memiliki kesempatan berespon terhadap musibah yang menimpa orang lain, rasa bersalah dan malu timbul ketika seseorang tidak melakukan kewajibannya sesuai standar, sedangkan beryukur timbul ketika seseorang menerima sebuah kebaikan.

The *Oxford English Dictionary* (1989) mendefinisikan *Gratitude* sebagai kualitas atau kondisi bersyukur, apresiasi dari kecenderungan untuk membalas kebaikan. *Gratitude* juga berarti menyadari dan berterima kasih terhadap hal-hal baik yang terjadi, dan menyempatkan untuk mengekspresikan rasa terima kasih (*VIA institute on character*).

Individu bersyukur karena menyadari bahwa dirinya banyak menerima kebaikan, penghargaan dan pemberian baik dari Tuhan, orang lain dan lingkungan sekitarnya sehingga terdorong untuk membalas, menghargai dan berterimakasih atas segala sesuatu yang diterimanya dalam bentuk perasaan, perkataan dan perbuatan.

2.3.2 Faset *Gratitude*

Menurut McCullough, Emmons, dan Tsang (2004) terdapat empat faset, yang merupakan elemen yang muncul bersama dengan munculnya *Gratitude*. Istilah faset ini karena elemen-elemen *grateful disposition* tidak berdiri sendiri atau terpisah, tetapi muncul bersamaan. Faset dari *grateful disposition* tersebut adalah:

1. *Intensity*: kekuatan emosi *Gratitude* yang dirasakan individu. Individu yang memiliki *grateful disposition* akan merasakan *Gratitude* yang lebih intens daripada individu yang tidak memiliki *grateful disposition*.
2. *Frequency*: jumlah pengalaman emosi *Gratitude* yang dirasakan dalam jangka waktu tertentu. Individu yang memiliki *grateful disposition* akan lebih banyak mengalami emosi *Gratitude* dalam satu hari, dan dapat muncul walau hanya dari kebaikan orang lain yang sederhana.
3. *Span*: jumlah sumber datangnya emosi *Gratitude* dalam jangka waktu tertentu. Individu yang memiliki *grateful disposition* akan menyebutkan aspek bersyukur yang lebih banyak. Contohnya,

dalam satu hari ia akan bersyukur atas aspek kesehatan, keluarga, pekerjaan, sedangkan individu yang memiliki *grateful disposition* lebih kecil mungkin hanya akan bersyukur atas aspek pekerjaan saja.

4. *Density*: merujuk pada jumlah orang yang disyukuri atas satu manfaat positif yang ia dapatkan. Misalnya, untuk peringkat satu yang diraih, seorang anak akan bersyukur atas dukungan orangtuanya, cara pengajaran gurunya, dan bantuan kelompok belajarnya, sedangkan individu yang memiliki *grateful disposition* lebih rendah mungkin hanya akan bersyukur atas pengajaran gurunya (McCullough M. E., 2004).

2.3.3 Faktor yang Mempengaruhi *Gratitude*

Berikut ini adalah faktor-faktor yang dapat mempengaruhi *Gratitude* menurut Fitz Heider (1958):

a. Keuntungan

Seseorang akan merasa bersyukur ketika mereka menerima keuntungan dari orang lain (*the beneficiary believes*). Heider juga menyatakan bahwa penghayatan keuntungan tersebut diberikan dengan sengaja/bertujuan, hal ini merupakan faktor penting dalam menentukan apakah seseorang merasa bersyukur setelah menerima keuntungan. Dengan demikian diperlukan penghayatan dari individu untuk dapat merasa *Gratitude*.

b. Gender

Laki-laki memandang pengalaman dan ekspresi *Gratitude* sebagai tanda kerentanan dan kelemahan, yang dapat mengancam maskulinitas dan posisi sosialnya. Sejalan dengan hal tersebut, laki-laki memiliki orientasi

menghindari *Gratitude*, menunjukkan preferensi menyembunyikan dibandingkan mengekspresikan hal tersebut. Hal ini dapat menjadi mekanisme perlindungan diri dari pengalaman emosi negatif yang tidak diinginkan atau konsekuensi sosial yang merugikan.

c. Persepsi

Persepsi negatif dirasa dapat menghambat individu untuk bersyukur, sedangkan persepsi positif akan mendorong individu untuk bersyukur.

d. Sikap

Sikap dapat mempengaruhi *Gratitude* individu, sikap sombong misalnya, sikap sombong dapat menghalangi bersyukur, karena individu merasa bahwa ia yang memiliki kekuasaan atas segala yang akan terjadi.

McCullough (2002) juga mengaitkan *Gratitude disposition* dengan sifat kepribadian di antaranya :

- a. Sifat positif afektif dan kesejahteraan (*Positif affective trait and wellbeing*). Individu yang merasa mendapat bantuan dari orang lain merasa dikuatkan, dipercaya dan dihargai, yang dapat meningkatkan rasa percaya diri dan merasa adanya dukungan sosial terhadap dirinya. Orang berterima kasih memiliki cara pandang apa yang mereka miliki dan hidup itu sendiri sebagai sebuah anugerah dan hasilnya membantu memperpanjang kebahagiaan dan *subjective well being* sepanjang waktu.
- b. Sifat Prosocial (*Prosocial trait*). Bersyukur disadari sebagai suatu afek prososial karena itu adalah respon terhadap orang lain yang membantu kesejahteraan seseorang dan pada gilirannya memotivasi terus munculnya perilaku itu sendiri.

- c. Sifat Spiritual (*Spiritual trait*). Orang yang berterima kasih menyadari adanya kekuatan lain yang lebih tinggi dari manusia yang berkontribusi terhadap kesejahteraan mereka secara umum.

2.3.4 Fungsi *Gratitude*

Menurut McCullough (2001) terdapat tiga fungsi moral dari *Gratitude*, yaitu:

1. *Gratitude as Moral Barometer*. *Gratitude* adalah sebuah tampilan (*read out*) atas afeksi yang sensitive terhadap tipe khusus perubahan yang terjadi dalam hubungan sosial individu dan hal ini tergantung dari masukan sosial kognitif.
2. *Gratitude as Moral Motive*. Seseorang yang bersyukur atas bantuan yang di terimanya akan membalas kebaikan atas pemberian dari pemberi dan tidak ingin membalasnya dengan hal-hal negatif.
3. *Gratitude as Moral Reinforcer*. Dengan mngekspresikan *Gratitude* kepada seseorang yang telah memberikan bantuan maka akan menguatkan perilaku prososial individu tersebut di masa yang akan datang. Beberapa individu termotivasi untuk mengambil bagian dalam tindakan prososial jika lingkungan memberikan pujian yang bersifat menguatkan.

2.4 Pengertian Relawan

Dalam kamus besar bahasa Indonesia relawan adalah orang yang melakukan sesuatu dengan sukarela. Relawan adalah orang atau kumpulan

orang yang memiliki ikhtiar karena panggilan nuraninya memberikan apa yang dimilikinya (pikiran, tenaga, waktu, harta, dsb) atau jumlah orang, baik terorganisir atau tidak, yang mendanai potensi yang dimilikinya untuk membantu mengatasi orang lain tanpa harus pamrih (Ahyudin, 2012).

Masyarakat Relawan Indonesia (MRI) adalah memiliki jiwa simpati dan empati serta semangat, pemberani, dan bertanggung jawab. Mereka bekerja dengan prinsip ikhlas, tanpa motivasi materi pamrih. Sebabnya, relawan tak sama dengan buruh, karyawan, atau pegawai. Relawan lebih suka memberi, bukan menerima. Maka, eksistensi seorang relawan bermanfaat bagi orang lain. (Ahyudin, 2012).

Seperti yang ditegaskan Ahyudin pula, kepedulian adalah fitrah setiap manusia. Karena kepedulian merupakan fitrah. maka kepedulian adalah kebutuhan setiap manusia. Dengan kepedulian inilah manusia mengatasi eksistensinya sebagai makhluk sosial. Fitrah manusia sangat penting bagi ketakwaan. Dengan demikian, kepedulian menjadi buah dari ketakwaan. Ia menjadi antagonis dari individualis, hedonis, pelit, kikir, cuek, dan sombong. Dan hamba Tuhan yang terbaik adalah hamba Tuhan yang paling penting. (Ahyudin, 2012).

2.4.1 Ciri-ciri Relawan

Menurut Omoto dan Snyder (1995) ciri-ciri relawan adalah:

1. Selalu mencari peluang untuk membantu. Dalam waktu ini pertolongan yang diberikan membutuhkan waktu yang relatif lama serta jumlah yang cukup tinggi.
2. Komitmen yang diberikan dalam waktu yang relatif lama.

3. Memerlukan biaya pribadi yang tinggi (waktu, tenaga, uang, dan sebagainya)
4. Mereka tidak tahu orang yang mereka bantu.
5. Tingkah laku yang dilakukan relawan tidak dilakukan.

2.4.2 Faktor- faktor yang Menyebabkan Orang Ingin menjadi Relawan

Michael E Sheer menyebutkan faktor-faktor yang menyebabkan Orang ingin menjadi relawan sebagai berikut:

1. Terjalannya komunikasi yang harmonis di dalam organisasi
Jalinan komunikasi yang akan membuat seseorang tetap berminat dan terus menjadi relawan. Berkaitan dengan kualitas informasi yang mengalir dari organisasi kepada relawan. Informasi ini terdiri dari sejarah organisasi, visi dan misinya, serta deskripsi pekerjaan untuk relawan, kedudukan dan Penghargaan untuk relawan dan umpan baliknya untuk relawan. Ketika seorang relawan melakukan aktivitas yang berbeda dengan yang diharapkan sebelumnya, maka ia berpeluang besar untuk berhenti. Kemudian, perujukan terhadap relawan melalui pemberian reward, fasilitas yang diadakan spesial untuk mengintegrasikan mereka dengan organisasi tidak selamanya akan efektif. Justru melalui penghargaan informal dan apresiasi terhadap umpan balik umpan balik), seperti dialog tatap muka (face to face). Memberikan penghargaan pada saat masa-masa awal kerelawanan akan berdampak pada jangka waktu pengabdian mereka nanti.
2. Jadwal kerja yang sesuai dan tugas kerja yang menarik

Relawan cenderung puas bila tugas kerja mereka terjadwal sesuai dengan keinginan mereka. Selain itu, tugas mereka juga harus melibatkan keterampilan kerja dan tugas-tugas yang membuat mereka dapat berkomunikasi. Sebagai contoh, relawan yang diberikan tugas yang menantang dan dapat membantu diri mereka sendiri akan membuat mereka lebih memilih untuk bertahan lebih lama.

3. Kontribusi nyata relawan terhadap masyarakat terkait dengan peran relawan yang dapat memberikan kontribusi nyata terhadap masyarakat yang membutuhkan.

Apakah itu melalui kontak langsung atau peran-peran kecil yang efektif dan mampu memberikan kepuasan saat relawan beraktivitas. Relawan yang disetujui aktif dan mampu memberikan perubahan terhadap masyarakat yang menentang pentingnya kerelawanannya sebagai hal yang penting. Menganggap, mereka yang frustrasi karena tidak dapat memberikan persetujuan, akan mengundurkan diri.

4. Pelatihan dan dukungan emosional

Dua hal ini adalah hal utama yang dicari relawan dari Relawan yang membutuhkan pelatihan yang lebih baik. Selain itu, organisasi yang menawarkan program pelatihan jangka panjang yang variatif juga berpeluang memiliki jumlah relawan yang lebih banyak, dapat meningkatkan kepuasan relawan dan komitmen mereka. Kemudian, dukungan emosional (dukungan emosional) ini mencakupi lingkungan kondusif antara karyawan, pekerja relawan dan para relawan. Relawan lebih suka bekerja dengan karyawan dan pemimpin yang mau

berkolaborasi dalam menyelesaikan masalah, membantu membuat proyek, proaktif dalam mengundang relawan untuk berinisiatif dan beraktivitas. Tolak, saat para karyawan / pekerja profesional menolak partisipasi relawan, ambil relawan sebagai lawan melawan mereka atau bantu dengan relawan.

5. Kebersamaan kelompok

Membangun kebersamaan di antara relawan merupakan hal penting untuk mempertahankan kerelawanan mereka. Rasa kebersamaan ini akan membangun hubungan sesama relawan dan antara relawan dengan organisasi. Hasil penelitian membuktikan tentang relawan yang mendapatkan kepuasan saat mereka dapat membantah dengan relawan lainnya dan bersosialisasi dengan orang lain di luar tugas. Semisal melalui makan siang bersama, rekreasi dan kegiatan kebersamaan antara relawan dan karyawan. Sebagai tambahan, kebersamaan alias terjalin lebih kuat lagi jika organisasi mewajibkan para karyawannya menginga dan mengenal para relawan, terutama bila bertemu di luar organisasi.

2.5 Pengertian Komunitas

Istilah kata komunitas berasal dari bahasa latin *communitas* yang berasal dari kata dasar *communis* yang artinya masyarakat, publik atau banyak orang. Wikipedia Bahasa Indonesia menjelaskan pengertian komunitas sebagai sebuah kelompok sosial dari beberapa organisme yang berbagi lingkungan, umumnya memiliki ketertarikan dan habitat yang sama. Dalam komunitas manusia, individu-individu didalamnya dapat

memiliki maksud, kepercayaan, sumber daya, preferensi, kebutuhan, risiko dan sejumlah kondisi lain yang serupa (Agoes Patub BN, 2011).

Komunitas (*community*) adalah sebuah kelompok sosial yang terdiri dari beberapa organisme yang berbagi lingkungan, umumnya memiliki ketertarikan dan habitat yang sama, komunitas dalam konteks manusia, individu-individu di dalamnya dapat memiliki maksud, kepercayaan, sumber daya, preferensi, kebutuhan, risiko dan sejumlah kondisi lain yang serupa. Komunitas berasal dari bahasa Latin *communitas* yang berarti “kesamaan”, kemudian dapat diturunkan dari *communis* yang berarti “sama, publik, dibagi oleh semua atau banyak”.

Kekuatan pengikat suatu komunitas, terutama adalah kepentingan bersama dalam memenuhi kebutuhan kehidupan sosialnya yang biasanya, didasarkan atas kesamaan latar belakang budaya, ideologi, sosial-ekonomi. Disamping itu secara fisik suatu komunitas biasanya diikat oleh batas lokasi atau geografis. Masing-masing komunitas, karenanya akan memiliki cara dan mekanisme yang berbeda dalam menanggapi dan menyikapi keterbatasan yang dihadapinya serta mengembangkan kemampuan kelompoknya.

2.5.1 Bentuk-bentuk Paguyuban atau Komunitas

Dalam kaitan komunitas yang diartikan sebagai paguyuban atau *gemeinschaft*, paguyuban dimaknai sebagai suatu bentuk kehidupan bersama dimana anggotanya diikat oleh hubungan batin yang murni, alamiah, dan kekal, biasanya dijumpai dalam keluarga, kelompok kekerabatan, rukun tetangga, rukun warga dan lain sebagainya (Soerjono

Soekanto, 1983 : 128-129). Ciri-ciri *gemeinschaft* menurut Tonnies yaitu: hubungan yang intim, privat, dan eksklusif. Sedangkan pada tipe *gemeinschaft* sendiri ada tiga yaitu:

- a. *Gemeinschaft by blood*, hubungannya didasarkan pada ikatan darah atau keturunan.
- b. *Gemeinschaft of place*, hubungannya didasarkan pada kedekatan tempat tinggal atau kesamaan lokasi.
- c. *Gemeinschaft of mind*, hubungannya didasarkan pada kesamaan ideologi meskipun tidak memiliki ikatan darah maupun tempat tinggal yang berdekatan.

Menurut Mac Iver (dalam Mansyur Cholil, 1987 : 80-81), keberadaan *communal code* (keberagam aturan dalam kelompok) mengakibatkan komunitas terbagi menjadi dua, yaitu:

- a. *Primary group*, hubungan antar anggota komunitas lebih intim dalam jumlah anggota terbatas dan berlangsung dalam jangka waktu relatif lama. Contoh: keluarga, suami-istri, pertemanan, guru-murid, dan lain-lain.
- b. *Secondary group*, hubungan antar anggota tidak intim dalam jumlah anggota yang banyak dan dalam jangka waktu relatif singkat. Contoh: perkumpulan profesi, atasan-bawahan, perkumpulan minat/hobis, dan lain-lain.

2.6 Kerangka Pemikiran

Para relawan di komunitas ini rata-rata memiliki usia 18-24 Tahun dimana mereka berada pada masa dewasa awal yang memiliki usia reproduktif dan masa yang penuh dengan ketegangan emosional. Pada umumnya masih banyak orang yang memilih-milih pekerjaan yang menguntungkan bagi dirinya dalam hal materi. Bahkan tidak semua mahasiswa dapat dan mau meluangkan waktu liburnya untuk mengajar dan bermain bersama anak-anak jalanan. Komunitas Tanpa Batas ini berfokus pada kegiatan belajar mengajar anak-anak jalanan dan kaum marjinal. Dimana para relawan melakukan kegiatan dan beraktivitas belajar, mengajar mereka harus di pinggiran jalan atau di Trotoar jalan samsat Buah batu dan jalanan trunojoyo, dimana keadaan mereka bising, kotor, panas, bahkan kan terganggu dengan suara-suara kendaraan yang melintas atau menjadi pusat perhatian orang-orang berkendara saat lampu merah.

Dengan keadaan dan kondisi seperti ini para relawan justru menunjukkan sikap yang berbeda yaitu mereka tidak sama sekali merasa tidak nyaman justru sebaliknya mereka merasa senang, gembira, dan nyaman bisa berinteraksi langsung dengan anak-anak jalanan. Para relawan merasakan adanya rasa haru dan kagum ketika bergabung dengan komunitas ini sehingga dapat merasakan emosi-emosi positif yang baik kepada relawan tersebut.

Dengan seringnya bertemu anak-anak jalanan pada waktu *weekend* secara rutin membuat para relawan dapat melakukan evaluasi terhadap

kehidupannya secara menyeluruh. Mereka memahami makna atau nilai kehidupan mereka bagaimana sehingga dapat menerima kehidupannya masing-masing dimanapun mereka berada dan saat dalam kondisi apapun. Para relawan merasa puas dengan kehidupan yang dijalani saat ini, Mereka merasa senang karena hidupnya dapat bermanfaat untuk oranglain dan para relawan merasa bahagia bisa dekat dekat dengan anak-anak jalanan di Komunitas ini.

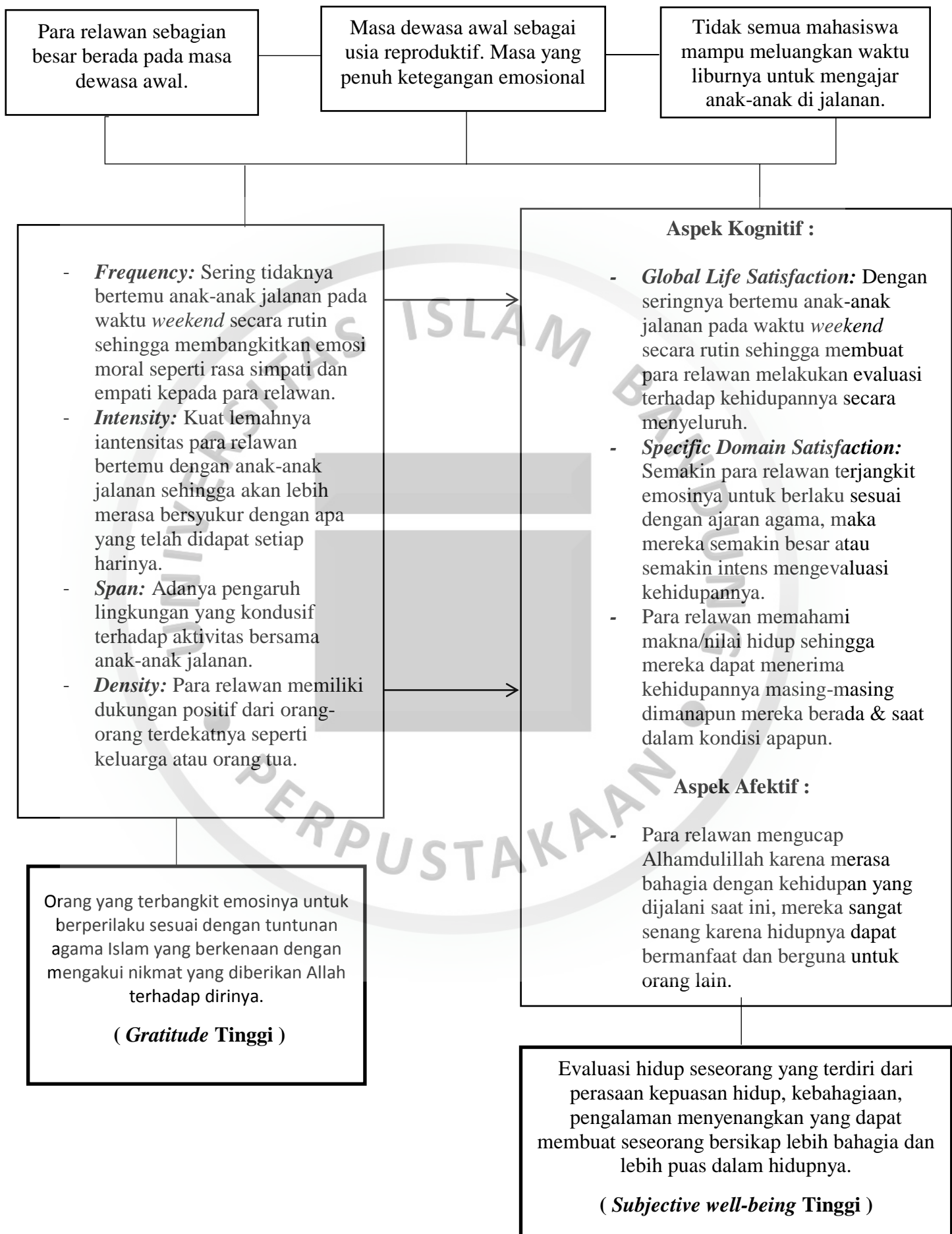
Awalnya para relawan masuk ke komunitas ini memang diajak oleh teman-temannya tetapi ketika mengikuti dan terjun langsung pada komunitas ini mereka memiliki rasa empati, simpati dan tulus untuk membantu anak-anak jalanan ini sehingga mau meluangkan waktu *weekend*nya untuk mengajar dan bermain dengan anak-anak jalanan seperti membantu dalam membaca, menulis, dan memberi edukasi lainnya.

Dengan seringnya bertemu anak-anak jalanan pada waktu *weekend* secara rutin sehingga membangkitkan emosi moral seperti rasa simpati dan empati kepada para relawan sehingga menyadari hikmah yang diperoleh dari pengalamannya dan mengakui bahwa nikmatnya yang didapat adalah pemberian dari Tuhan dan selalu berterima kasih kepada-Nya karena mereka menyadari bahwa nasibnya lebih baik daripada mereka.

Kuat lemahnya intensitas para relawan bertemu dengan anak-anak jalanan sehingga akan lebih merasa bersyukur dengan apa yang telah didapat setiap harinya. Dengan segala pengetahuan, potensi dan pengalaman yang dimilikinya, sudah seharusnya mereka mengamalkan

ilmunya dan dapat membantu anak-anak yang tidak memiliki kesempatan untuk menyelesaikan pendidikannya. Adanya pengaruh lingkungan yang kondusif terhadap aktivitas bersama anak-anak jalanan. Para relawan selama ini memiliki dukungan positif dari orang-orang terdekatnya seperti keluarga atau orang tua dan teman-temannya. Sehingga dari paparan tersebut munculah *Gratitude* yang tinggi pada relawan dan *Subjective well-being* yang tinggi pada relawan komunitas Tanpa Batas di Kota Bandung ini.

Berdasarkan uraian fenomena di atas maka Relawan Komunitas Tanpa Batas di Kota Bandung memiliki *Gratitude* dan *Subjective well-being* yang sama-sama tinggi, karena pada fenomena yang di temukan mengindikasikan empat faset *Gratitude* yaitu; *intensity*, *frequency*, *span*, dan *density* terpenuhi dan pada *Subjective well-being* mereka tinggi karena memiliki penilaian secara kognitif dan afektif, dimana saat individu merasa puas dengan hidupnya. Berikut skema kerangka pikir:



2.7 Hipotesis

Semakin tinggi *Gratitude* maka semakin tinggi pula *Subjective well-being* pada relawan komunitas Tanpa Batas di Kota Bandung.

