

Studi Deskriptif Mengenai *Subjective Well Being* Pada Perawat Wanita di Rawat Inap RSUP Dr. Hasan Sadikin Bandung

Descriptive Study of Subjective Well Being Nursing Women's in Inpatient RSUP Dr. Hasan Sadikin Bandung

¹Annisa Fitriani Garnida, ²Siti Qodariah

^{1,2}Fakultas Psikologi, Universitas Islam Bandung, Jl. Tamansari No.1 Bandung 40116
email: ¹annisafitriani@gmail.com, ²siti.qodariah@yahoo.co.id

Abstract. According to several studies, profession such as nurses has a high risk of stress and burnout. Nurses who have family are tend to have higher risk along with increasing demands to take care of their own family, when the demands cannot be fulfilled then they will have role conflict and the risk will impact on low satisfaction and negative feelings that they will experience regarding their profession and family. However, according to the first survey of nurses at inpatient RSUP dr. Hasan Sadikin Bandung indicate that they satisfied with their life both in the past, future or present and have more positive feelings. **Diener (2009)** said, Subjective Well-Being is a condition that individuals experience as a result of life satisfaction and evaluation of important life domains also including emotions that they often feel. The purpose of the research is to obtain empirical data on Subjective Well-Being aspect that the nurses have. This research used descriptive study method in nature with 137 respondents. The measuring instrument used in this research is Subjective Well Being Scale on Diener (2009). The result shows 72 respondents (52,5%) have a high Subjective Well Being.

Keywords: Descriptive, Subjective Well Being, Nurse

Abstrak. Menurut beberapa penelitian terdahulu, profesi sebagai perawat memiliki resiko tinggi terhadap stress dan *burnout*. Pada perawat wanita yang telah memiliki keluarga, resiko tersebut akan bertambah seiring dengan bertambahnya tuntutan yang dimiliki untuk mengurus keluarga, dimana ketika tuntutan tersebut tidak dapat terpenuhi dengan baik maka akan mengalami konflik peran dan resiko yang ditimbulkan tersebut akan berdampak pada kepuasan hidup rendah serta muncul perasaan-perasaan negative yang akan dialami terkait dengan kehidupan pekerjaan maupun keluarganya. Namun, perawat di rawat inap RSUP dr. Hasan Sadikin Bandung menurut survey awal mengindikasikan bahwa mereka tetap merasa puas dengan kehidupannya baik itu pada masa lalu, masa depan maupun saat ini serta lebih banyak merasakan perasaan yang positif. Menurut **Diener (2009)**, *Subjective Well-Being* merupakan keadaan yang di alami individu sebagai hasil kepuasan hidup dan evaluasi terhadap domain-domain kehidupan yang penting juga termasuk emosi yang seringkali mereka rasakan. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk memperoleh data empiris mengenai aspek *Subjective Well Being* yang dimiliki perawat wanita. Metode penelitian yang digunakan yaitu studi deskriptif dengan responden sebanyak 137 orang. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan alat ukur baku berupa skala *Subjective Well-Being* dalam **Diener (2009)**. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebanyak 72 orang (52,5%) memiliki *Subjective Well Being* yang tinggi.

Kata Kunci: Deskriptif, *Subjective Well Being*, Perawat Wanita

A. Pendahuluan

Pada era globalisasi ini, semakin banyak perempuan yang bekerja dengan berbagai profesi. Salah satu profesi tersebut adalah perawat, karena profesi keperawatan merupakan kelompok profesi dengan jumlah terbanyak. Menurut survey, jumlah tenaga kesehatan terbanyak di Jawa Barat adalah perawat sebanyak 30.419 (Kesehatan, 2013).

Perawat berperan dalam pemberian pelayanan kesehatan mengemban tugas serta peranan yang berat karena sebagai tangan kanan dokter yang menentukan keberhasilan kerja (saran, rujukan atau arahan) dokter (Schaufeli & Jauczur dalam Andarika, 2004). Tuntutan kerja perawat dalam mengawasi, memantau kondisi

kesehatan pasien dan banyaknya jumlah pasien dalam sebuah rumah sakit menuntut kemampuan perawat agar siap ditempatkan dibagian manapun. Beban kerja perawat terbagi menjadi dua, yakni fisik dan mental. Beban kerja perawat yang bersifat fisik seperti mengangkat pasien, mendorong peralatan kesehatan, merapikan tempat tidur pasien, mendorong brankart. Sedangkan yang bersifat mental yaitu kompleksitas pekerjaan misalnya keterampilan, tanggungjawab terhadap kesembuhan mengurus keluarga serta harus menjalin komunikasi dengan pasien (Nursalam, 2011).

Rumah Sakit RSUP dr. Hasan Sadikin merupakan satu-satunya Rumah Sakit Negeri kelas A di Kota Bandung dan berfungsi sebagai Rumah Sakit Pendidikan dan Rujukan Puncak untuk Provinsi Jawa Barat serta merupakan pelayanan kesehatan pemerintah paling besar di Kota Bandung. Rumah Sakit ini mempunyai tujuan memberikan pelayanan keperawatan yang holistik, bermutu, dan memuaskan bagi pasien. Jumlah SDM terbanyak di Rumah Sakit ini adalah perawat. Secara umum, tuntutan yang dirasakan seorang perawat wanita dalam bekerja dan mengurus rumah tangganya telah dijelaskan diatas. Dengan tuntutan yang mereka alami, mereka melakukan evaluasi mengenai kualitas hidupnya secara objektif yang merujuk pada kondisi kesehatan seperti menjaga kesehatan fisiknya agar tidak mudah terkena penyakit dengan melakukan cuci tangan sebelum dan sesudah bertemu dengan pasien sesuai dengan ketentuan walaupun pada akhirnya ketika mereka terkena penyakit, mereka akan menggunakan masker untuk mencegah virus yang dia miliki tertular kepada pasien yang mereka rawat. Pekerjaan sebagai perawat merupakan pekerjaan yang rentan tertular penyakit dari pasien yang mereka rawat.

Selain kesehatan, mereka juga melakukan evaluasi terhadap pendapatan materi bahwa dengan bekerja mereka mendapatkan tambahan pendapatan yang lebih dan hal itu mereka lakukan semata-mata untuk kehidupan keluarganya khususnya untuk anak mereka. Ketika ada permasalahan baik yang berhubungan dengan pekerjaan maupun keluarganya sebisa mungkin mereka mengkomunikasikannya supaya mereka dapat mengerti apa yang dikerjakan. Mereka pun merasa bahwa dengan menjadi seorang perawat, mereka masih dapat mengurus rumah dan keluarganya. Mereka merasa bahwa aktivitas yang mereka lakukan bersama keluarga maupun ketika menjalani pekerjaannya tidak saling mempengaruhi, mereka masih dapat menjalani masing-masing peran tersebut. Evaluasi yang mereka lakukan secara subjectif adalah ketika mereka merasa puas dengan kehidupan yang mereka alami saat ini, mereka bersyukur atas apa yang telah diperolehnya, tidak berfikir untuk mengubah kehidupan yang telah mereka jalani dari pengalaman masa lalu mereka dan sudah merasa puas dengan apa yang dijalannya.

Pada perawat wanita di ruang rawat inap, mereka seringkali merasakan emosi yang positif maupun emosi negative dalam kehidupannya. Pekerjaan sebagai perawat membuat mereka merasa senang karena mereka dapat melayani dan menolong orang lain walaupun terkadang mereka juga merasakan emosi negative apabila berkaitan dengan keadaan dirumahnya, seperti ketika anak mereka sakit namun mereka harus tetap bekerja. Menurut Hurlock (1980), penentu kepuasan dan kebahagiaan terdapat pada tingkat keberhasilan individu dalam memecahkan masalah penting yang menyangkut kehidupan pekerjaan dan keluarganya. Individu yang merasakan kepuasan dan kebahagiaan seringkali disebut sebagai individu yang memiliki *Subjective Well Being*.

Tujuan penelitian ini adalah untuk memperoleh data empiris mengenai *Subjective Well Being* yang dimiliki perawat wanita di ruang rawat inap RSUP Dr. Hasan Sadikin Bandung. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif. Alat ukur

yang pada penelitian ini menggunakan alat ukur *satisfaction with life scale* (SWLS) (1985), *Domain satisfaction* (2007) dan *Scale of positive and negative experience* (SPANE) (2009). Terdapat 137 perawat wanita yang dijadikan subjek penelitian.

B. Landasan Teori

Subjective Well-being adalah keadaan yang di alami individu sebagai hasil kepuasan hidup dan evaluasi terhadap domain-domain kehidupan yang penting seperti pekerjaan, kesehatan, dan hubungan. Juga termasuk emosi mereka, seperti kemarahan, kesedihan, dan ketakutan yang sedikit. Menurut Diener (1984) dalam *Psychological Bulletin*, *Subjective Well Being* memiliki 3 komponen : *Life Satisfaction*, *Positive Affect* dan *Negative Affect*, namun Diener, Suh, Lucas dan Smith (1999, dalam Schimmack 2008) memasukkan kepuasan dalam domain kehidupan yang spesifik yang disebut dengan *Domain Satisfaction*. Para peneliti seringkali membaginya kedalam dua komponen, yaitu komponen kognitif dan afektif dari *Subjective Well Being* (Schimmack, 2008). *Life Satisfaction* dan *Domain Satisfaction* menjadi bagian dari komponen kognitif karena keduanya berdasarkan pada *evaluative belief* (sikap) mengenai kehidupan seseorang (Schimmack, 2008). Sebaliknya, *Positive Affect* dan *Negative Affect* mengukur komponen afektif dari *subjective well being* dan merefleksikan frekuensi perasaan senang dan tidak menyenangkan pada pengalaman kehidupan mereka. (Schimmack, 2008).

Komponen kognitif adalah evaluasi dari kepuasan hidup yang didefinisikan sebagai penilaian dari hidup seseorang. Evaluasi kepuasan hidup dapat dibagi menjadi dua yaitu :

- a. Evaluasi terhadap kepuasan hidup secara 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. Evaluasi terhadap kepuasan 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
- b. Evaluasi terhadap kepuasan pada domain tertentu adalah penilaian yang dibuat seseorang dalam mengevaluasi domain dalam kehidupannya, seperti pekerjaan, keluarga, hiburan, kesehatan, keuangan, diri sendiri dan komunitas.

Kemudian komponen 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. Komponen afektif *Subjective Well Being* dapat dibagi menjadi:

- a. 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.
- b. Afek negative adalah pravelensi dari emosi dan mood yang tidak menyenangkan dan merefleksikan respon negative yang dialami seseorang sebagai reaksinya terhadap kehidupan, kesehatan, keadaan, dan peristiwa yang mereka alami.

Menurut Pavot dan Diener (dalam Linely dan Joseph, 2004: 681) faktor-faktor yang mempengaruhi *subjective well-being* adalah perangai/watak, sifat, karakter pribadi lain seperti optimism dan percaya diri, hubungan social, pendapatan, pengangguran dan pengaruh social/budaya

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

Dari data yang sudah diperoleh, maka mendapatkan hasil dari pengolahan data mengenai *Subjective Well Being* pada perawat di RSUP dr. Hasan Sadikin Bandung sebagai berikut :

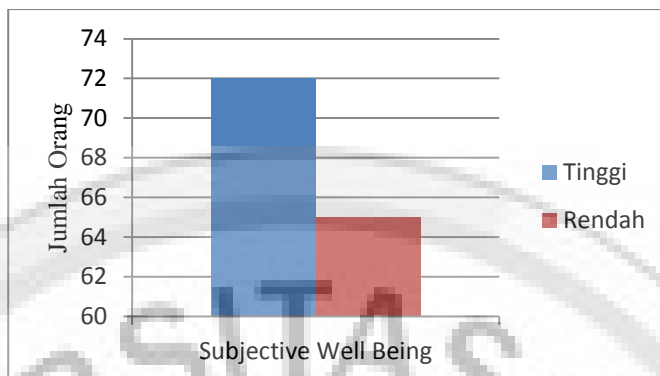


Diagram 1. *Subjective Well Being* secara keseluruhan

Berdasarkan hasil perhitungan diatas terlihat bahwa *Subjective Well Being* yang dimiliki perawat wanita di rawat inap RSUP dr. Hasan Sadikin sebagian besar masuk pada kategori tinggi sebanyak 72 orang (52.5%) dan sebanyak 65 orang (47.4%) perawat wanita merasakan *Subjective Well Being* yang rendah.

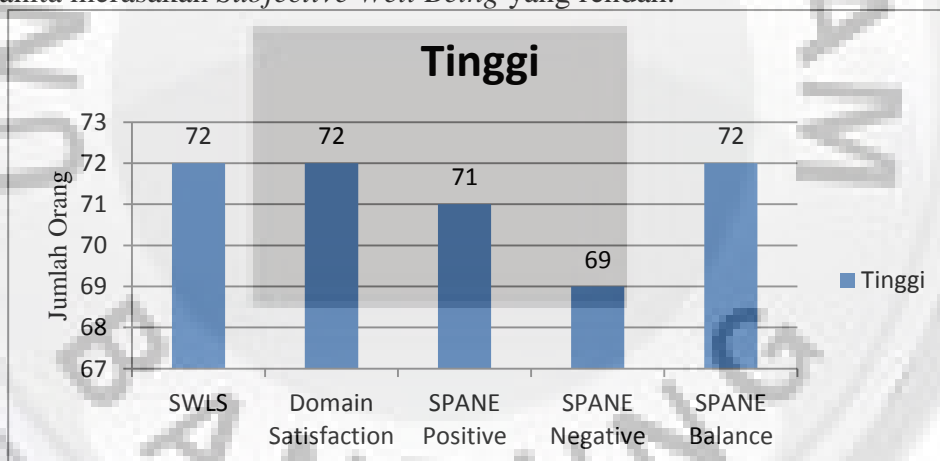


Diagram 2. Distribusi Frekuensi Aspek-Aspek *Subjective Well Being*

Berdasarkan data tersebut mengenai aspek *Satisfaction With Life Scale* (SWLS) di dapat data, sebanyak 72 orang (52.5%) perawat wanita memiliki aspek yang tinggi. Di dalam penelitian mengenai aspek *Domain Satisfaction* di dapat data, yaitu sebanyak 72 orang (52.5%) perawat wanita memiliki aspek yang tinggi. Pada aspek *Scale Of Positive And Negative Experience* di dapat data, untuk *Positive Feelings* (SPANE P) sebanyak 71 orang (51.8%) perawat wanita memiliki perasaan positif yang tinggi. Sedangkan untuk *Negative Feelings* (SPANE N) di dapat data, yaitu sebanyak 69 orang (50.3%) perawat wanita memiliki perasaan negatif yang tinggi. Sedangkan untuk *Affect Balance* (SPANE B) di dapat data, yaitu sebanyak 72 orang (52.5%) perawat wanita memiliki pengalaman perasaan positif lebih sering dibandingkan pengalaman negatif.

Tabel 1. Tabel Distribusi Demografi

Data Demografi				TOTAL
Usia Subjek	22-33 57 orang	34-45 69 orang	46-58 11 orang	137 orang
Pendidikan Terakhir	D3 84 orang	D4 1 orang	S1-S2 52 orang	137 orang
Lama Bekerja	< 5 Tahun 11 orang	5-10 Tahun 59 orang	> 10 Tahun 67 orang	137 orang
Usia Pernikahan	< 5 Tahun 29 orang	5-10 Tahun 50 orang	> 10 Tahun 58 orang	137 orang
Jumlah Anak	< 2 orang 114 orang	3 orang 19 orang	< 4 orang 4 orang	137 orang
Pengasuhan Anak Ketika Bekerja	Suami 20 orang	Orang Tua / Keluarga Lain 64 orang	Pengasuh 53 orang	137 orang
Usia Anak Pertama	< 5 Tahun 49 orang	5-10 Tahun 50 orang	> 10 Tahun 38 orang	137 orang

Berdasarkan data diatas, terlihat bahwa dalam penelitian ini data demografi berdasarkan usia subjek berkisar antara 34-45 tahun sebanyak 69 orang, kemudian pendidikan terakhir perawat disana lebih banyak berpendidikan D3. Sedangkan untuk lama bekerja, perawat wanita disana termasuk pada kategori lama yaitu selama lebih dari 10 tahun sebanyak 67 orang, usia pernikahan perawat wanita yang menjadi subjek penelitian ini lebih banyak yang telah menikah lebih dari 10 tahun sebanyak 58 orang dan sebagian besar mereka dikaruniai anak 1 hingga 2 anak dalam pernikahannya. Ketika mereka sedang bekerja, anak mereka sebagian besar dititipkan kepada orang tua / keluarga lain yang dapat mereka percaya untuk mengurus anaknya sebanyak 64 orang dan usia anak pertama sebagian besar berkisar antara 5-10 tahun sebanyak 50 orang.

Perawat wanita yang masuk pada kategori *Subjective Well Being* tinggi memiliki perasaan puas dalam kehidupan dan pekerjaan, memiliki banyak afek positif dan sedikit afek negative. Menurut Hurlock (1980), penentu kepuasan dan kebahagiaan terdapat pada tingkat keberhasilan individu dalam memecahkan masalah penting yang menyangkut kehidupan dan pekerjaannya. Perawat wanita tersebut sebagian besar merasa bahwa kehidupan mereka sudah mendekati apa yang mereka impikan menjadi seorang perawat dan sekaligus menjadi seorang istri maupun ibu di rumah yang masing-masing peran tersebut dapat dijalani dengan baik. Mereka juga merasa memiliki kondisi kehidupan yang sangat baik, hal-hal penting yang mereka inginkan sudah mereka dapatkan serta mereka tidak berfikir untuk merubah apapun yang telah mereka dapatkan. Menurut wawancara yang dilakukan, keluarga mereka mendukung apa yang dilakukan dalam hal bekerja. Dengan tugas sebagai perawat, suami mereka harus paham dengan konsekuensi yang akan terjadi, diantaranya kesulitan untuk menyamakan waktu ketika berlibur, adanya *shift* kerja yang tidak pasti dan kelelahan ketika pulang bekerja. Hal tersebut harus diobrolkan baik-baik dengan keluarga sehingga mereka akan mengerti apa yang kita lakukan, begitupun kepada anak, ketika anak sedang sakit dan mereka harus bekerja, mereka tetap bisa memantau kondisi anak lewat telfon. Menurut Diener (2008) ketika individu menikmati dan

merasa pekerjaannya adalah hal yang penting dan bermakna maka individu akan merasakan kepuasan dalam kehidupannya.

Berdasarkan hasil wawancara, hubungan social menjadi salah satu faktor yang sangat berperan pada perawat wanita di rawat inap ini, beberapa kegiatan yang diadakan pihak rumah sakit ataupun masing-masing kepala perawat membuat mereka merasakan adanya kedekatan secara emosional dengan perawat lainnya, hal tersebut membuat mereka merasa puas dengan kehidupan pekerjaannya karena mereka menikmati setiap kegiatan yang mereka lakukan. Hubungan social dengan keluarganya pun baik dari suami, anak maupun orangtua, mereka rasakan dengan baik, sebagian besar perawat wanita di rawat inap RSUP dr. Hasan Sadikin mendapat dukungan terhadap apa yang mereka lakukan terkait dengan pekerjaannya sebagai perawat, selain hubungan social yang mempengaruhi *Subjective Well Being* perawat wanita di rawat inap tersebut, pendapatan pun menjadi salah satu faktor terbentuknya *Subjective well being*, mereka menghayati bahwa pendapatan dan hubungan social yang mereka alami membuat mereka merasa bahagia dan nyaman untuk bekerja sebagai perawat serta mengurus keluarga mereka dirumah, kegiatan yang diadakan di rumah sakit diluar pekerjaannya membuat mereka lebih banyak merasakan emosi yang positif, seperti senang, gembira, ceria.

Menurut Diener (2008), perawat wanita yang memiliki afek positif yang tinggi, menunjukkan bahwa hidupnya berjalan sesuai dengan apa yang ia inginkan. Hasil pengukuran pada komponen afektif, sebanyak 71 orang (51.8%) memiliki afek positif yang tinggi dan afek positif rendah sebanyak 66 orang (48.2%) artinya sebagian besar perawat wanita lebih banyak merasakan afek positif seperti baik, ceria, senang, bahagia yang mereka rasakan selama menjadi seorang perawat maupun seorang ibu rumah tangga. Pada pengukuran afek negative, sebanyak 69 orang (50.3%) memiliki afek negative yang tinggi dan 68 orang (49.7%) memiliki afek negative yang rendah. Hal ini mengindikasikan bahwa sebagian besar perawat wanita sering kali merasakan perasaan marah, sedih, takut, tidak senang. Pada penelitian ini, afek positif maupun afek negative sama sama menunjukkan angka tinggi hal itu mengindikasikan bahwa pada kenyataannya kedua afek tersebut seringkali mereka rasakan dalam satu waktu, ketika mereka merasakan afek positif mereka juga merasakan afek negative. Berdasarkan perhitungan pada afek *balance*, didapatkan hasil sebanyak 72 orang (52.5%) merasakan afek positif lebih sering muncul daripada afek negative dan 65 orang (47.5%) merasakan sebaliknya, yaitu afek negative yang lebih sering muncul daripada afek positif). Menurut Diener (2009), lebih tinggi frekuensi munculnya afek positif daripada negative dapat memberikan perasaan nyaman dan riang, sehingga pemaknaan individu akan hidupnya pun semakin positif, demikian pula individu yang dapat mencapai tujuannya dan merasa puas akan semua pencapaiannya, maka pemaknaan mengenai hidupnya akan baik pula.

Sedangkan 65 orang (47.5%) perawat wanita yang memiliki *Subjective Well Being* rendah, mereka merasakan ketidakpuasan dalam kehidupannya serta lebih banyak merasakan afek yang negative. Hal yang membuat mereka merasa tidak puas dengan kehidupannya sebagai seorang perawat maupun seorang ibu rumah tangga adalah ketika mereka tidak mendapat dukungan yang baik dari keluarga terkait pekerjaannya serta mereka merasa kesulitan untuk menjalankan perannya secara bersamaan. Menurut wawancara yang dilakukan, mereka mengatakan bahwa mereka merasa sedih ketika mereka harus meninggalkan anaknya bekerja dan seringkali merasa khawatir untuk meninggalkan anaknya diurus oleh pengasuh. Mereka merasa belum bisa menemukan cara-cara yang efektif untuk menyelesaikan

permasalahannya baik yang berhubungan dengan pekerjaan maupun keluarganya. Mereka pun seringkali merasa bersalah apabila harus meninggalkan anak mereka bekerja. Dukungan social yang mereka rasakan dari keluarganya pun kurang baik, diantaranya ketika mereka harus bekerja *shift* malam atau pun lembur terkadang anak mereka protes mengapa harus tetap bekerja, sedangkan sebagian dari mereka belum bisa memberikan pengertian dengan baik kepada keluarganya. Hasil kuesioner pun menunjukkan bahwa sebagian besar banyak dari perawat tersebut beranggapan bahwa apabila waktu dapat diputar kembali mereka ingin mengubah hidup mereka. Penelitian yang dilakukan Seligman menunjukkan bahwa semua orang yang paling bahagia adalah orang yang memiliki kualitas hubungan social yang dinilai baik. Oleh karena itu, perawat wanita yang memiliki *Subjective Well Being* rendah adalah perawat wanita yang merasa bahwa kualitas hubungannya dengan orang lain kurang baik.

D. Kesimpulan

Berdasarkan hasil pengolahan data dan pembahasan yang dilakukan, maka dari penelitian ini ditarik simpulan bahwa:

1. Sebesar 52.5% perawat wanita memiliki *Subjective Well Being* yang tinggi. Hal tersebut menunjukkan bahwa secara keseluruhan mereka merasakan kepuasan dalam kehidupannya baik dalam kepuasan secara umum maupun secara spesifik serta mereka seringkali merasakan emosi yang positif dibandingkan emosi yang negatif.
2. Berdasarkan distribusi frekuensi aspek *Subjective Well Being*, yaitu:
 - a) Sebagian besar perawat wanita memiliki kepuasan hidup yang tinggi secara umum dengan persentase sebesar 52.5%. artinya sebagian besar perawat merasakan kepuasan dalam kehidupannya seperti merasa puas dengan kehidupan yang mereka jalani sebagai seorang perawat dan seorang ibu serta istri di rumah.
 - b) Sebagian besar perawat wanita memiliki kepuasan hidup yang tinggi secara domain kehidupan dengan persentase sebesar 52.5%. artinya mereka merasa puas dengan kehidupannya pada domain domain tertentu, dengan persentase tertinggi pada domain keluarga sebesar 86.9% dan persentase terendah pada domain kesehatan sebesar 59.8%.
 - c) Sebagian besar perawat memiliki afek positif yang lebih sering dan lebih sedikit afek negative yang dirasakan dengan persentase sebesar 52.5%. artinya, perawat wanita di rawat inap merasakan perasaan senang dan sedikit perasaan tidak menyenangkan terhadap kejadian yang mereka alami.
3. Adanya keterkaitan faktor demografi antara lain usia perkawinan, lama bekerja, jumlah anak, pengasuhan anak ketika bekerja serta usia anak pertama menjadi faktor terbentuknya *Subjective Well Being* yang disertai dengan adanya dukungan social yang berupa dukungan keluarga serta dukungan teman sejawat yang turut menjadi faktor *Subjective Well Being* tinggi pada perawat wanita di ruang rawat inap RSUP dr. Hasan Sadikin Bandung.

E. Saran

Berdasarkan hasil dari penelitian ini, terdapat saran yang diharapkan dapat bermanfaat bagi peneliti selanjutnya maupun perawat wanita di rawat inap RSUP dr. Hasan Sadikin, yaitu:

1. Bagi perawat yang memiliki *Subjective Well Being* tinggi diharapkan dapat mempertahankannya dengan tetap optimis dalam menjalani kehidupannya dan tetap mempertahankan emosi positif seperti perasaan senang, bahagia, selalu bersyukur serta dapat mengendalikan emosi negative seperti perasaan sedih,

- marah, cemas, kesal.
2. Bagi perawat yang memiliki *Subjective Well Being* rendah pula diharapkan dapat lebih mengkomunikasikan keadaan yang dihadapi dengan keluarga agar selalu mendapatkan dukungan keluarga dalam menjalani profesinya sebagai perawat, lebih aktif dalam mengikuti kegiatan yang di adakan pihak Rumah Sakit serta lebih menjaga kesehatan diri karena profesi perawat rentan terkena penyakit sehingga dapat melakukan aktivitas dengan maksimal dalam perannya sebagai ibu, istri dan sebagai perawat yang melayani pasien,
 3. Bagi peneliti selanjutnya disarankan untuk meneliti lebih lanjut mengenai faktor yang dapat mempengaruhi terbentuknya *Subjective Well Being*, seperti dukungan social yang meliputi dukungan keluarga serta dukungan teman sejawatnya

Daftar Pustaka

- Andarika, R. (2004). Burnout pada perawat puteri Rumah Sakit St. Elizabeth Semarang Ditinjau dari Dukungan Sosial. *Journall Psyche* , vol 1, 1-8.
- Diener, E. (1984). Subjective Well Being. (pp. 542-575). *Psychological Bulletin American Psychological Association* Vol.95, No.3.
- Diener, E. (2009). *The Science Of Well-Being*. USA: Department Psychology. University Of Illinois-Champaign, Champaign, II, 61820.
- Hurlock, E. (1980). *Psikologi Perkembangan : Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga.
- Kesehatan, K. P. (2013). *Ringkasan Eksekutif Data dan Informasi Kesehatan Provinsi Jawa Barat*. Kementrian Kesehatan RI : Ditjen Bina Upaya Kesehatan, Badan PPSDMK.
- Linley, A., & Joseph, S. (2004). *Positive Psychology in Practice*. New Jersey: John Wiley and Sons.
- Nursalam. (2011). *Manajemen Keperawatan: Aplikasi dalam Praktik Keperawatan Profesional Edisi 1*. Jakarta: Salemba Medika.
- Schimmack, U. (2008). *The Structure Of Subjective Well-Being*. USA: The Guilford Press.