

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Keberfungsian Keluarga

1. Pengertian Keberfungsian Keluarga

The McMaster Model of Family Functioning (MMFF) yang dikembangkan oleh Epstein et al. menggambarkan keberfungsian keluarga sebagai situasi di mana setiap individu dalam keluarga mampu melaksanakan tugas-tugas pokoknya dengan efektif dalam kehidupan sehari-hari.³¹

Walsh menyatakan bahwa keberfungsian keluarga terletak pada bagaimana keluarga berinteraksi dalam menjalankan tugas-tugas utamanya, seperti merawat pertumbuhan dan kesehatan setiap anggota, serta menjaga keutuhan keluarganya.³² Olson et al. mengungkapkan bahwa keberfungsian keluarga terkait erat dengan peran yang dimainkan oleh setiap anggota keluarga, serta sikap dan perilaku yang mereka tunjukkan ketika berinteraksi satu sama lain dalam lingkup keluarga.³³

Roman yang dikutip dari Chandrika, menjelaskan keberfungsian keluarga merujuk pada cara di mana semua individu dalam keluarga dapat berkomunikasi secara efektif, memiliki hubungan yang erat, memelihara keterkaitan antar anggota keluarga, serta bekerja sama dalam pengambilan keputusan dan penyelesaian masalah. Konsep fungsi keluarga juga mencakup

³¹ Epstein et al., *Evaluating and Treating Families: The McMaster Approach* (New York: Routledge, 2005), 23.

³² Walsh, F., *Normal Family Processes, 3rd ed.* (New York: The Guilford, 2003), 3-42.

³³ Olson et al., *Family Functioning, Encyclopedia of Human Relationship* (Thousand Oaks, CA: 2009), 622-627.

berbagai aspek yang menyoroti interaksi antar anggota keluarga dalam pencapaian tujuan bersama.³⁴

Dalam pandangan Openshaw, kualitas interaksi antar anggota keluarga dan keterlibatan positif serta interaksi sosial di antara mereka pada dasarnya mencerminkan tingkat keberfungsian keluarga. Ini mencakup dinamika hubungan yang positif dan konstruktif di antara anggota keluarga dalam konteks interaksi sehari-hari mereka.³⁵

Dari uraian yang telah diuraikan, dapat ditarik simpulan bahwa keberfungsian keluarga mencakup kemampuan setiap individu dalam keluarga untuk efektif melaksanakan tugas pokoknya dalam kehidupan sehari-hari, memenuhi peran, memberikan dukungan hidup, serta berinteraksi secara positif dan saling bersosialisasi dalam dinamika hubungan yang konstruktif.

2. Aspek-aspek Keberfungsian Keluarga

Terdapat enam aspek yang dapat mencerminkan keberfungsian keluarga sesuai dengan *The McMaster Model of Family Functioning* (MMFF) yang dirumuskan oleh Epstein et al, meliputi:

- a. Penyelesaian masalah, mengacu pada kemampuan keluarga untuk mengatasi masalah yang muncul, dengan tujuan mempertahankan efektivitas fungsi keluarga.
- b. Komunikasi, mencakup pertukaran informasi di antara anggota keluarga, dengan penekanan pada komunikasi verbal.

³⁴ Chandrika et al., *Gambaran Makna Keberfungsian Keluarga Ditinjau dari Perspektif Jenis Kelamin, Urutan Kelahiran, dan Status dalam Keluarga*, Jurnal Multidisiplin West Science, 2(7), (2023): 544-553.

³⁵ Openshaw, K. P., *The Relationship Between Family Functioning, Family Resilience, and Quality of Life Among Vocational Rehabilitation Clients* (Utah: Utah State University, 2011), 1-104.

- c. Peran, dapat diartikan sebagai pola tindakan berulang dari anggota keluarga dimaksudkan untuk memenuhi peran individu dalam dinamika keluarga.
- d. Respons afektif, merujuk pada kapabilitas keluarga dalam memberikan respons yang sesuai secara kuantitatif dan kualitatif terhadap berbagai stimulus.
- e. Keterlibatan afektif, mengacu pada seberapa jauh anggota keluarga mengekspresikan minat, perhatian, dan apresiasi terkait dengan kegiatan dan ketertarikan anggota keluarga yang lain dengan melibatkan dimensi emosional dalam interaksi dan hubungan keluarga.
- f. Kontrol perilaku, mencakup pengembangan standar perilaku yang diadopsi oleh setiap keluarga untuk mengatur tingkah laku mereka masing-masing.³⁶

3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Keberfungsian Keluarga

Noller et al. menyatakan bahwa ada tiga faktor yang dapat mempengaruhi keberfungsian keluarga, meliputi:

a. Keintiman

Keintiman mengacu pada tingkat dekat, keterbukaan, dan keterlibatan emosional di antara anggota keluarga. Ini mencakup berbagai perasaan, pemikiran, dan pengalaman antara mereka, membentuk ikatan erat dan dukungan antar anggota keluarga.

³⁶ Epstein et al., *Evaluating and Treating Families*, 237.

b. Gaya pengasuhan

Gaya pengasuhan merujuk pada pola umum perilaku, pendekatan, dan respons orang tua dalam memenuhi kebutuhan dan perkembangan anak-anak mereka. Gaya pengasuhan ini dapat berpengaruh besar terhadap perkembangan anak, membentuk pola pikir, perilaku, dan keterampilan sosial mereka.

c. Konflik

Konflik dalam keluarga merujuk pada adanya perbedaan pendapat, ketegangan, atau pertentangan antara anggota keluarga. Sumber konflik dapat berasal dari perbedaan nilai, pandangan, kebutuhan, atau ekspektasi di antara anggota keluarga, dan dapat juga timbul dari tekanan atau pengaruh faktor eksternal yang memengaruhi dinamika keluarga.³⁷

B. Kebahagiaan

1. Pengertian Kebahagiaan

Menurut Seligman yang dikutip dari Fahlevi, kebahagiaan ialah konsep yang mencerminkan kondisi individu ketika mengarahkan perhatiannya pada aspek-aspek positif dan menggunakan sifat positif yang dimilikinya untuk memberikan makna pada peristiwa sehari-hari. Hal ini melibatkan pengalaman yang dirasakan oleh setiap individu serta keterlibatan dalam aktivitas positif, tanpa adanya perasaan negatif, seperti yang terjadi saat individu terlibat dalam kegiatan yang disenangi.³⁸

³⁷ Noller et al., *Parent and Adolescent Perceptions of Family Functioning: A Comparison of Clinic and Nonclinic Families*, *Journal of Adolescence*, 15(2), (1992): 101-112.

³⁸ Fahlevi, *Psikologi Positif* (Padang: PT Global Eksekutif Teknologi, 2022), 24.

Menurut Carr, kebahagiaan dapat didefinisikan sebagai keadaan psikologis yang positif, dicirikan oleh tingkat kepuasan hidup yang tinggi yang dirasakan oleh individu dan tingkat dampak emosional negatif yang rendah.³⁹ Sedangkan Myers yang dikutip dari Rusdiana, menggambarkan kebahagiaan sebagai perasaan yang dirasakan oleh individu ketika mereka merasa hidup mereka memadai, bermakna, dan menyenangkan.⁴⁰

Menurut Snyder dan Lopez, kebahagiaan didefinisikan sebagai perasaan positif yang diterima secara pribadi oleh setiap orang. Ini menunjukkan bahwa kebahagiaan bersifat pribadi dan bisa beragam di antara individu yang satu dengan yang lain.⁴¹

Sarmadi sebagaimana dikutip dari Moh. Asror Yusuf et al. mendefinisikan kebahagiaan sebagai perasaan puas yang timbul dari kesejahteraan, rasa aman, atau pencapaian keinginan. Ini bisa diinterpretasikan sebagai pencapaian tujuan atau kesuksesan dalam mencapai apa yang diinginkan.⁴²

Veenhoven sebagaimana dikutip dari Moh. Asror Yusuf et al. menjelaskan bahwa dalam teori kognitif, kebahagiaan dipahami sebagai hasil dari proses berpikir dan refleksi manusia terhadap perbedaan antara kenyataan hidup yang mereka alami dan harapan yang mereka miliki. Di sisi lain, dalam teori afektif, kebahagiaan dianggap sebagai indikator seberapa baik seseorang menilai kehidupannya secara keseluruhan.⁴³

³⁹ Ibid., 22.

⁴⁰ Rusdiana, *Konsep Authentic Happiness pada Remaja dalam Perspektif Teori Myers*, Jurnal Kependidikan Dasar Islam Berbasis Sains, 2(1), (2017): 41.

⁴¹ Snyder, C. R., dan Lopez, S. J., *Handbook of Positive Psychology* (New York: Oxford University Press, 2002), 128–153.

⁴² Moh. Asror Yusuf et al., *The Construction of Happiness Among Rural Javanese Muslims*, Teosofi: Jurnal Tasawuf dan Pemikiran Islam, 13(2), (2023): 281-306.

⁴³ Ibid., 287.

Dari uraian yang telah dijabarkan dapat disimpulkan bahwa kebahagiaan adalah kondisi psikologis positif yang melibatkan fokus pada emosi positif yang dapat dirasakan secara personal. Di samping itu, individu yang tidak mengalami kebahagiaan lebih mungkin dipengaruhi oleh emosi negatif daripada emosi positifnya.

2. Aspek-aspek Kebahagiaan

Menurut Seligman, terdapat lima aspek yang membentuk kebahagiaan, yaitu:

a. Terjalannya hubungan positif dengan orang lain

Membangun hubungan positif mencakup berkomunikasi dengan efektif, mendengarkan dengan sepenuh hati, dan menunjukkan empati terhadap perasaan dan pengalaman orang lain. Dengan membangun ikatan saling percaya dan saling menghormati, hubungan tersebut dapat tumbuh dan berkembang, menciptakan lingkungan yang mendukung bagi semua pihak yang terlibat.

b. Keterlibatan penuh

Keterlibatan penuh merujuk pada pengalaman di mana seseorang sepenuhnya terlibat dalam aktivitas atau tugas yang menantang, memungkinkan penerapan kekuatan dan bakat mereka secara optimal. Ini menciptakan pengalaman positif yang memberikan rasa makna dan kepuasan, di mana individu terlibat secara total secara emosional, mental, dan fisik dalam kegiatan tersebut.

c. Menemukan makna dalam keseharian

Menemukan makna dalam keseharian merupakan kunci kebahagiaan berkelanjutan. Ini melibatkan pengalaman-pengalaman yang

memberikan tujuan dan arti lebih besar, seperti mengejar tujuan mendalam, memberi kontribusi positif, dan merasakan pencapaian melalui dedikasi.

d. Optimisme yang realistis

Optimisme yang realistis adalah sikap positif yang melibatkan harapan positif terhadap masa depan, namun juga mempertimbangkan evaluasi objektif terhadap situasi dan kendala yang mungkin timbul. Ini mencakup kemampuan untuk menghadapi kenyataan, mengatasi kesulitan, dan tetap positif dalam menghadapi tantangan.

e. Resiliensi

Kebahagiaan seseorang tidak ditentukan oleh tidak adanya kesulitan dalam hidup, tetapi oleh sejauh mana individu mampu bangkit dari tantangan dan kesulitan, meskipun mereka pernah mengalami penderitaan. Kebahagiaan bukanlah hasil dari banyaknya jumlah peristiwa menyenangkan yang dialami, melainkan dari tingkat ketangguhan atau resiliensi yang dimiliki seseorang.⁴⁴

3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kebahagiaan

Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi kebahagiaan menurut Seligman ialah:

a. Pernikahan

Pernikahan dapat diartikan sebagai sebuah komitmen dan investasi emosional yang memegang peran penting dalam kebahagiaan individu.

⁴⁴ Sarmadi, *Psikologi Positif* (Yogyakarta: Titah Surga, 2018), 26-35.

Pernikahan melibatkan komitmen yang mendalam untuk saling mendukung, berbagi kebahagiaan, dan mengatasi tantangan bersama.

b. Kehidupan sosial

Kehidupan sosial memainkan peran penting pada tingkat kebahagiaan individu. Individu yang merasakan kebahagiaan secara umum cenderung memiliki kehidupan sosial yang menyenangkan dan berlimpah, mengalokasikan waktu lebih sedikit saat sendiri dan lebih banyak bersosialisasi.

c. Usia

Seiring bertambahnya usia, perasaan menyenangkan cenderung menurun, dan perasaan tidak menyenangkan tetap stabil, mencerminkan kompleksitas hubungan antara usia dan kebahagiaan. Dalam konteks ini, "kompleksitas" merujuk pada fakta bahwa pengaruh usia terhadap kebahagiaan tidak dapat dijelaskan secara sederhana.

d. Kesehatan

Kesehatan yang optimal, entah dari segi fisik maupun mental, memberikan dampak signifikan terhadap tingkat kebahagiaan seseorang. Ketika tubuh dan pikiran berada dalam kondisi optimal, individu cenderung merasa lebih bugar, berenergi, dan mampu mengatasi tantangan sehari-hari dengan lebih positif.

e. Religiusitas

Individu yang terlibat dalam komunitas religiusitas menjadi faktor penting dalam mengatasi kesepian dan memberikan rasa keterikatan sosial. Meskipun hubungan positif antara religiusitas dan kebahagiaan

telah diidentifikasi, penting untuk diingat bahwa pengaruh ini dapat bervariasi antar individu dan dalam konteks budaya yang berbeda.

f. Kepuasan terhadap masa lalu

Kepuasan yang diperoleh di masa lalu dapat dicapai melalui praktik rasa syukur, pengampunan, dan pemahaman akan arti melupakan. Rasa syukur memungkinkan kita untuk menghargai dan merayakan aspek positif dalam pengalaman masa lalu, menciptakan fondasi kebahagiaan saat ini.

g. Optimisme terhadap masa depan

Optimisme terhadap masa depan adalah keyakinan positif bahwa masa depan akan lebih baik, mendorong individu untuk terus berusaha, berinovasi, dan melihat peluang meskipun ada tantangan.⁴⁵

C. Dinamika Hubungan Antara Keberfungsian Keluarga dan Kebahagiaan

Fungsi utama suatu keluarga adalah memberikan dukungan bagi pertumbuhan dan kebahagiaan setiap anggotanya. Tingkat keberfungsian keluarga yang baik dapat diamati dari beragam aspek kehidupan, termasuk cara yang efisien dalam menyelesaikan masalah guna memastikan penyelesaian yang menyeluruh. Di samping itu, keluarga yang efisien juga terlihat dari terjaganya komunikasi yang efektif di antara anggotanya, memungkinkan setiap individu untuk menyampaikan pikiran dan perasaannya secara terbuka, menghindari kesalahpahaman di antara mereka, dan memudahkan penyelesaian masalah dengan efektif.

⁴⁵ Seligman, *Authentic Happiness* (New York: Free Press, 2002), 56-85.

Pembagian peran yang tegas dan adil di antara anggota-anggotanya merupakan fondasi yang mendukung keluarga beroperasi secara efektif. Hal ini memastikan tercapainya fungsi keluarga tanpa kendala dalam menjalankan kewajiban individu semua anggota keluarga. Di samping itu, setiap anggota keluarga memiliki kemampuan untuk mengungkapkan respons emosional dengan tepat terhadap sesama anggota keluarga dan menunjukkan perhatian terhadap aktivitas mereka, menjamin bahwa setiap individu dalam keluarga merasa dihormati.

Jika suatu keluarga tidak berfungsi secara efektif, hal tersebut akan memengaruhi pencapaian tujuan keluarga. Ketidakberhasilan dalam mencapai tujuan tersebut akan berdampak negatif pada kebahagiaan semua anggota keluarga, termasuk remaja. Individu yang tinggal dalam keluarga disfungsional cenderung tidak puas dan tidak bahagia dengan kehidupan mereka dibandingkan orang yang tinggal dalam keluarga dengan keberfungsian yang baik. Berdasarkan pandangan Heubner dan Diener, remaja yang mengalami tingkat kebahagiaan yang tinggi umumnya menggambarkan keseimbangan yang baik dalam hubungan intrapersonal, interpersonal, dan prestasi akademik mereka.⁴⁶

Keluarga dengan keberfungsian yang efektif memiliki signifikansi yang besar dalam kehidupan remaja. Di dalam lingkup keluarga, keberfungsian keluarga juga tercermin dalam pemberian kasih sayang, perlindungan, dan identitas kepada seluruh anggota keluarga dengan penuh kepedulian. Keluarga

⁴⁶ Huebner dan Diener, *Research on Life Satisfaction of Children and Youth: Implications for The Delivery of School-Related Services*. In Eid, M., dan Larsen, R.J. (eds.), *The Science of Subjective Well-Being* (New York: Guilford Press, 2008), 12–126.

memainkan peran krusial dalam memastikan kelangsungan masyarakat dari satu generasi ke generasi selanjutnya.

Penelitian oleh Herawati dan Endah menyatakan bahwa keberfungsian keluarga memiliki pengaruh positif dan signifikan terhadap kesejahteraan subjektif sebuah keluarga. Sebaliknya, dampak negatif yang signifikan terhadap kesejahteraan subjektif keluarga dapat disebabkan oleh konflik antara orang tua dan remaja.⁴⁷

Temuan penelitian Zhou menyimpulkan bahwa tingkat kesejahteraan subjektif meningkat seiring dengan tingkat keberfungsian keluarga yang tinggi. Temuan ini menekankan pentingnya mempertimbangkan keberfungsian keluarga sebagai aspek utama dalam mengevaluasi mutu hidup dan makna kesejahteraan subjektif pada remaja.⁴⁸

Penelitian oleh Raharjo menunjukkan bahwa faktor keluarga juga dapat menjadi pendorong perilaku negatif pada remaja. Kurangnya perhatian, pengabaian, dan kesulitan dalam menerapkan kontrol keluarga, dan aturan dalam rumah yang kurang efektif, turut berperan dalam dinamika tersebut.⁴⁹ Oleh karena itu, penting untuk meneliti keterkaitan antara keberfungsian keluarga dan tingkat kebahagiaan remaja.

⁴⁷ Herawati dan Endah, *The Effect of Family Function and Conflict on Family Subjective Well-Being with Migrant Husband*, *Journal of Family Sciences*, 1(2), (2016): 1-12.

⁴⁸ Zhou et al., *Subjective Well-Being and Family Functioning Among Adolescents Left Behind by Migrating Parents in Jiangxi Province, China*” *Biomed Environ Sci.*, 31(5), (2018): 382-388.

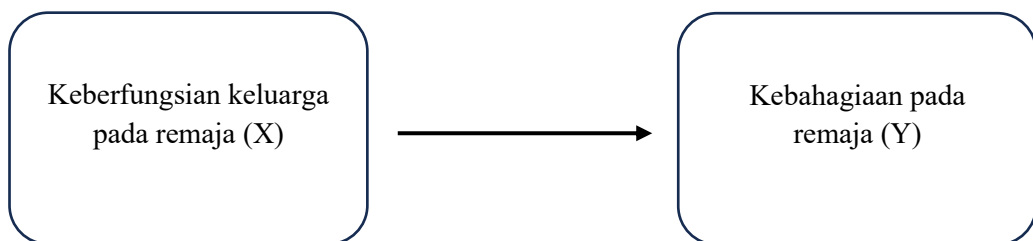
⁴⁹ Raharjo, Humaedi, dan Taftzani, *Faktor Remaja dalam Kenakalan Remaja: Studi Deskriptif Mengenai Geng Motor di Kota Bandung*, *Jurnal Ilmu Kesehatan Sosial, Universitas Padjajaran Bandung*, 14(3), (2012): 212-22.

D. Kerangka Teoritis

Keluarga adalah unit terkecil dalam masyarakat dan kelompok sosial pertama bagi anak, yang membentuk nilai, sikap, dan kebiasaan. Fungsi utamanya adalah mendukung pertumbuhan dan kebahagiaan anggota melalui enam aspek: penyelesaian masalah, komunikasi, peran, respons afektif, keterlibatan afektif, dan kontrol perilaku.

Keluarga dengan keberfungsian yang efektif menangani masalah dengan efisien, berkomunikasi optimal, membagi peran secara adil, menunjukkan perhatian emosional, dan mendorong perilaku positif serta kerja sama harmonis dalam dinamika keluarga.

Keberfungsian keluarga yang efektif ini mendukung pemenuhan kebutuhan anggota keluarga dan memberikan kontribusi pada pertumbuhan serta kebahagiaan anggotanya, terutama pada remaja. Sebaliknya, ketidakefektifan dalam fungsi keluarga dapat menghambat keluarga mencapai tujuan fungsionalnya, dengan ke depannya dapat berpengaruh pada kebahagiaan anggota keluarga, khususnya pada remaja. Berikut adalah kerangka teoritis yang melandasi pemahaman ini:



Gambar 2.1

Kerangka Teoritis Keberfungsian Keluarga dan Kebahagiaan

E. Hipotesis Penelitian

Hipotesis penelitian merupakan suatu pernyataan atau prediksi yang disajikan oleh peneliti sebagai potensi jawaban terhadap pertanyaan penelitian, yang dapat diuji melalui proses pengumpulan dan analisis data dalam suatu penelitian ilmiah.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa hipotesis penelitian ini adalah:

1. Ha: Adanya hubungan antara keberfungsian keluarga dengan tingkat kebahagiaan pada remaja.
2. Ho: Tidak adanya hubungan antara keberfungsian keluarga dengan tingkat kebahagiaan pada remaja.