**Hubungan antara Dukungan Sosial Keluarga dengan Kualitas Hidup pada Nelayan di Kabupaten Pati**

***Relationship between Family Social Support and Quality of Life for Fishermen in Pati Regency***

**Novia Eny Widyawati, Nina Fitriana, S.Pd., S.Psi., M.A., M.Psi., Psikolog**

Universitas Mercu Buana Yogyakarta

18081138@Student.Mercubuana-yogya.ac.id

081235501475

# Abstrak

Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial keluarga dengan kualitas hidup pada nelayan di Kabupaten Pati. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah ada hubungan positif antara dukungan sosial keluarga dengan kualitas hidup pada nelayan di Kabupaten Pati. Subjek dalam penelitian ini adalah nelayan di Kabupaten Pati yang berjumlah 155. Pengambilan subjek dilakukan dengan metode *puposive sampling*. Pengambilan data penelitian ini dengan menggunakan dua skala, yaitu Skala Dukungan Sosial dengan Skala Kualitas Hidup. Teknik analisis data yang digunakan adalah korelasi *product moment* dari Karl Pearson. Berdasarkan hasil analisis data penelitian diperoleh koefisien korelasi sebesar rxy = 0.539 (p>0,050). Adanya korelasi tersebut membuktikan bahwa terdapat dukungan sosial keluarga dengan kualitas hidup pada nelayan di Kabupaten Pati. Hal tersebut sesuai dengan hipotesis yang ditunjukkan yaitu semakin tinggi dukungan sosial keluarga maka makin tinggi pula kualitas hidup pada nelayan dan sebaliknya makin rendah dukungan sosial keluarga maka semakin rendah pula kualitas hidup pada nelayan, maka hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini diterima. Dukungan sosial keluarga memiliki kontribusi sebesar 29% terhadap kualitas hidup dan 71% sisanya dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti oleh peneliti.

**Kata kunci :** Kualitas Hidup, Dukungan Sosial Keluarga, Nelayan

# *Abstract*

*This study aims to determine the relationship between family social support and quality of life for fishermen in* Banyutowo *Village,* Dukuhseti *District*, Pati *Regency.* *The hypothesis proposed in this study is that there is a positive relationship between family social support and quality of life for fishermen in* Banyutowo *Village,* Dukuhseti *District,* Pati *Regency. The subjects in this study were fishermen in* Banyutowo *Village,* Dukuhseti *District,* Pati *Regency, totaling* 155*.* *Subjects were taken using a purposive sampling method. The data collection in this study used two scales, namely the Social Support Scale and the Quality of Life Scale. The data analysis technique used is the product moment correlation of Karl Pearson. Based on the results of the analysis of research data obtained a correlation coefficient of rxy= 0.539 (p <0.050). The existence of this correlation proves that there is family social support with quality of life for fishermen in* Banyutowo *Village,* Dukuhseti *District,* Pati *Regency.* *This is in accordance with the hypothesis shown, namely the higher the family social support, the higher the quality of life for fishermen and conversely, the lower the family social support, the lower the quality of life for fishermen, so the hypothesis proposed in this study is accepted. Family social support has a contribution of 29% to the quality of life and the remaining 71% is influenced by other factors not examined by researchers.*

***Keywords:*** *Quality of Life, Family Social Support, Fishermen*

**PENDAHULUAN**

Indonesia disebut dengan Negara Kepulauan dengan luas wilayahnya 70% merupakan wilayah lautan dan pada wilayah lautan ini terkandung potensi ekonomi kelautan yang sangat besar dan beragam, antara lain sumber daya ikan (Retnowati, 2011). Potensi sumber daya perikanan ini dimanfaatkan oleh penduduk Indonesia untuk bekerja sebagai penangkap ikan atau nelayan. Menurut Undang-Undang Perikanan No.45/2009, nelayan adalah orang yang mata pencahariannya melakukan penangkapan ikan. Salah satu desa yang sebagian besar warganya bekerja sebagai nelayan adalah Desa Banyutowo, Kecamatan Dukuhseti, Kabupaten Pati.

 Berdasarkan Website resmi Desa Banyutowo (2019), Desa Banyutowo memiliki jumlah penduduk sebanyak 3.025 jiwa dengan jumlah nelayan sebanyak 1.081 jiwa. Berdasarkan artikel *online* yang berjudul “Kehidupan Masyarakat Nelayan yang Ada di Desa Banyutowo, Kecamatan Dukuhseti, Kabupaten Pati” yang ditulis oleh Alfiyani (2015) menyatakan bahwa nelayan di Desa Banyutowo memiliki tingkatan ekonomi menengah kebawah dan penghasilanpun tidak seimbang bila dibandingkan dengan biaya untuk memenuhi kebutuhan hidup sehari-hari. Lebih lanjut, kapal yang digunakan untuk melaut hanyalah kapal-kapal yang ukurannya tidak begitu besar, biasanya satu keluarga memiliki satu kapal namun ada beberapa yang tidak memiliki kapal dan mereka ikut bekerja pada nelayan yang memiliki kapal.

Menurut Trijayanti dan Muta’Ali (2017) Potret kehidupan nelayan kecil di pesisir memang belum terlepas dari jerat rentenir, bahkan kian hari jerat itu dirasakan semakin melilit. Masyarakat pesisir khususnya nelayan masih terbelit dalam persoalan kemiskinan, keterbelakangan, dan kesulitan dalam mengakses berbagai pelayanan publik sehingga mempengaruhi kualitas hidup nelayan (Trijayanti dan Muta’Ali 2017).

WHO atau *World Health Organization* (1997) menyebutkan bahwa kualitas hidup merupakan kualitas hidup merupakan persepsi individu terhadap kehidupan yang dijalani individu sesuai dengan budaya dan nilai-nilai tempat individu tersebut tinggal serta dengan tujuan, harapan, standar dan kekhawatiran individu. Menurut *The World Health Organization Quality of Life Group* (1998) terdapat 4 dimensi kualitas hidup yaitu, kesehatan fisik, psikologis, hubungan sosial dan lingkungan.

Kualitas hidup yang baik akan membuat individu memiliki mental yang sehat (Caron, dalam Ramadhanty & Kinanthi, 2021). Pentingnya individu memiliki kualitas hidup yang baik agar terhindar dari rasa cemas dan frustasi. Hal tersebut sependapat dengan Susmiati, Dkk (2019) bahwa kondisi mental yang buruk munculnya berbagai macam dampak akibat kualitas hidup yang buruk seperti frustasi, kecemasan, ketakutan, kesal, dan khawatir yang panjang sehingga membuat seseorang untuk menyerah atau hilangnya antusiasme untuk masa depan.

Fenomena yang terjadi saat ini nelayan masih merasakan kualitas hidup yang rendah. Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Menurut Trijayanti dan Muta’Ali (2017) terhadap 157 nelayan dan mendapatkan hasil bahwa responden nelayan memiliki kualitas hidup yang rendah mencapai 73,3% sedangkan kualitas hidup tinggi mencapai 26,7%. Penelitian lain dilakukan oleh Aristawati & Febriyanto (2021) pada nelayan sebanyak 302 orang. Dari hasil penelitiannya tersebut didapatkan bahwa nelayan dengan kualitas hidup yang buruk mempunyai persentase sebanyak 52%, sedangkan nelayan dengan kualitas hidup yang baik memiliki persentase sebanyak 47,7%. Hal tersebut membuktikan bahwa sebagian besar nelayan masih memiliki masalah pada kualitas hidupnya.

Gambaran kualitas hidup yang rendah pada nelayan dapat dilihat dari rendahnya tingkat kesejahteraan nelayan seperti kondisi rumah tinggal yang kurang layak dihuni, lingkungan yang kotor, dan pendapatan yang rendah (Faried Dkk, 2018). Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kualitas hidup meliputi dukungan sosial keluarga (Arini, 2016), fungsi keluarga (Sutikno, 2011), Stres (Zainuddin, Dkk, 2015), dan *self care* (Rantung, 2015). Kualitas hidup yang rendah dapat ditingkatkan melalui dukungan sosial. Hal tersebut sependapat dengan Suhartoyo Dkk (2018) bahwa salah satu faktor yang dapat meningkatkan kualitas hidup adalah adanya dukungan sosial.

Menurut Handono & Bashori (2013) dukungan sosial merupakan hubungan yang sifatnya menolong disaat individu sedang mengalami persoalan atau kesulitan, baik berupa informasi maupun bantuan nyata, sehingga membuat individu merasa diperhatikan, bernilai, dan dicintai. Wortman dan Conway (dalam Farhati & Rosyid, 1996) yang menyatakan bahwa dukungan sosial dapat diperoleh dari teman dekat, anggota keluarga, teman, dokter serta ahli-ahli di bidang keahlian yang sesuai. Dukungan sosial keluarga merupakan suatu keadaan yang bermanfaat atau menguntungkan yang diperoleh individu yang berasal dari hubungan sosial struktural yaitu keluarga, yang terdiri dari dukungan emosi, informasi, penilaian dan instrumental (Erniati, Dkk, 2018). Hause (Smet,1994) berpendapat bahwa ada empat aspek dukungan sosial yaitu dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dan dukungan informatif.

Dukungan emosional yaitu suatu bentuk kenyamanan berupa kepedulian, perhatian ataupun empati yang diterima individu dari orang yang berarti, baik secara perorangan maupun kelompok (house, dalam Smet 1994). Dukungan emosional keluarga merupakan ungkapan rasa empati, pemberian perhatian, kasih sayang, penghargaan dan kebersamaan yang diperoleh individu dari keluarga (Setyaningsih, 2011). Dukungan emosional dari keluarga akan membuat individu merasa nyaman, aman, dicintai, diperhatian, dan menjadi bagian dari suatu jaringan sosial ketika berada dalam situasi yang tidak menyenangkan (Setyaningsih, 2011).

Dukungan emosional juga mempunyai peran penting dalam membantu individu mengurangi stres. Hal tersebut sependapat dengan Setiawan (2015) bahwa dukungan emosional dapat mengurangi stres. Individu yang mengalami stres akan berpengaruh terhadap kualitas hidupnya. Hal tersebut selaras dengan penelitian Zainuddin, dkk (2015) bahwa stres berpengaruh terhadap kualitas hidup.

Aspek selanjutnya yaitu dukungan penghargaan. Dukungan penghargaan yang diberikan oleh keluarga dapat berupa pemberian apresiasi ketika individu mencapai suatu keberhasilan, pemberian semangat, persetujuan pada pendapat individu dan perbandingan yang positif dengan individu lain (Utami, 2013). Dukungan penghargaan ini dapat membantu individu dalam membangun harga diri dan kompetensi (Utami, 2013). Harga diri memiliki pengaruh terhadap kualitas hidup. Hal tersebut sependapat dengan Subagya (2017) bahwa harga diri memiliki hubungan dengan kualitas hidup, dimana harga diri yang tinggi cenderung memiliki kualitas hidup yang tinggi.

Aspek selanjutnya adalah dukungan informatif. Dukungan informatif dari keluarga dapat berupa secara lisan maupun tulisan dengan pemberian nasihat, saran, petunjuk-petunjuk, yang berupa informasi (House, dalam Smet 1994). Peran dukungan informatif juga penting karena dengan adanya dukungan lebih berpikir positif dalam menghadapi suatu permasalahan (Sari, 2011). Kolin dkk. (2016) menjelaskan bahwa kualitas hidup individu akan semakin meningkat apabila tingkat berpikir positifnya baik.

Aspek selanjutnya adalah dukungan instrumental. Dukungan instrumental dari keluarga dapat berupa bantuan langsung sesuai dengan kebutuhan individu, berupa bantuan peralatan, pekerjaan, dan keuangan (House, dalam Smet 1994). Pemberian dukungan instrumental ini jika diberikan akan membantu individu dalam melaksanakan kegiatannya sehingga mampu mengurangi perasaan ketidakmampuan individu dalam melakukan pekerjaannya (Pratiwi, 2012). Kemampuan individu dalam melakukan perkerjaan akan berpengaruh terhadap produktivitas kerja (Hasanah, 2020). Menurut Harieswantini (2017) peningkatan produktivitas tenaga kerja juga akan berpengaruh terhadap pendapatan. Pendapatan memiliki pengaruh terhadap kualitas hidup. Hal tersebut selaras dengan pendapat faried (2018) bahwa Pendapatan memiliki pengaruh positif terhadap kualitas hidup.

Berdasarkan pemaparan-pemaparan diatas dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial keluarga dapat meningkatkan kualitas hidup karena dukungan sosial keluarga dapat mencegah atau mengurangi depresi, mencegah keterasingan, meningkatkan kebahagian, sehingga dapat membantu meningkatkan kualitas hidup individu.

Hal tersebut diperkuat oleh penelitian yang mengungkapkan adanya hubungan antara dukungan sosial keluarga dengan kualitas hidup pada lansia yang dilakukan oleh Okfrima & Fikri (2021) bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial keluarga dengan kualitas hidup pada lansia dengan rxy = 0,415 dengan nilai p = 0,000 (<0,01). Hal yang sama juga diungkapkan oleh Arini (2016) bahwa terdapat pengaruh positif signifikan antara dukungan sosial keluarga dengan kuaitas hidup dengan nilai r= 0,611. Namun penelitian yang dilakukan oleh Suardana, Dkk (2015) menunjukan hasil yang sebaliknya, yaitu tidak ada hubungan antara dukungan sosial keluarga dengan kualitas hidup pasien DM dengan nilai signifikansi (p) = 0,195 dan nilai koefisien korelasi (r) = -0,209.

Perbedaan hasil penelitian sebelumnya menunjukan bahwa hubungan antara dukungan sosial keluarga dengan kualitas hidup masih perlu untuk digali dan diteliti. Berdasarkan uraian di atas, maka peneliti mengajukan sebuah rumusan permasalahan apakah terdapat hubungan antara dukungan sosial keluarga dengan kualitas hidup pada nelayan di Kabupaten Pati?.

**METODE**

Penelitian ini menggunakan teknik purposive sampling yaitu pengambilan sampel yang dilakukan berdasarkan karakteristik yang sudah ditentukan (Sugiyono, 2015). Jumlah subjek yang digunakan dalam penelitian ini sebanyak 155 subjek. Metode pengambilan data dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan metode kuantitatif dengan instrumen pengumpulan data menggunakan Skala Kualitas Hidup disusun oleh WHO yaitu WHOQOL-BREF yang diadaptasi dari penelitian yang dilakuan oleh Wardhani (2006) dan Skala Dukungan Sosial Keluarga yang digunakan dalam penelitan ini adalah skala dukungan sosial keluarga yang disusun oleh peneliti berdasarkan aspek dukungan sosial yang dikemukakan oleh House (dalam Smet, 1994). Analisis data menggunakan analisis statistik dengan bantuan program SPSS (*Statistical Product Service Solutions*) versi 25 *for windows*.

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

**HASIL**

Berdasarkan data yang terkumpul dari proses penelitian diperoleh perhitungan skor empirik dan perhitungan skor hipotetik dari variabel dukungan sosial keluarga terhadap kualitas hidup. Jumlah aitem pada dukungan sosial keluarga sebanyak 30 butir. Skor terendah 1 dan skor tertinggi 4. Skor minimal hipotetiknya adalah (1 X N aitem) 1 X 30 = 30 dan skor maksimal hipotetiknya adalah (4 X N aitem) 4 X 30 = 120. Rerata (Mean) hipotetiknya sebesar (30 + 120) : 2 = 75 dengan standar deviasi adalah (120 – 30) : 6 = 15 dan jarak sebaran hipotetik (120 – 30) = 90.

Jumlah aitem pada kualitas hidup sebanyak 22 butir. Skor terendah 1 dan skor tertinggi 5. Skor minimal hipotetiknya adalah (1 X N aitem) 1 X 22 = 22 dan skor maksimal hipotetiknya adalah (5 X N aitem) 5 X 22 = 110. Rerata (Mean) hipotetiknya sebesar (22 + 110) : 2 = 66 dengan standar deviasi adalah (110 – 22) : 6 = 14,6 dan jarak sebaran hipotetik (110 – 22) = 88. Deskripsi skor data dari variable dukungan sosial keluarga dan kualitas hidup secara rinci dapat dilihat pada Tabel 5 berikut:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Variabel | N | Data Hipotetik | Data Empirik |
| Mean | Skor | SD | Mean | Skor | SD |
| Min | Max | Min | Max |
| Dukungan Sosial Keluarga | 155 | 75 | 30 | 120 | 15 | 88,28 | 56 | 119 | 11,582 |
| Kualitas Hidup | 155 | 66 | 22 | 110 | 14,6 | 63,59 | 39 | 85 | 8,616 |

Berdasarkan hasil perhitungan diketahui bahwa pada Skala Dukungan Sosial skor minimum yang dihasilkan pada skor empirik sebesar 56 dan pada skor hipotetik sebesar 30. Skor maksimum yang dihasilkan pada skor empirik sebesar 119 dan pada skor hipotetik sebesar 120. Selanjutnya mean empirik pada Skala Dukungan Sosial Keluarga sebesar 88,28 dan mean hipotetik sebesar 75. Standar Deviasi empirik yang diperoleh sebesar 11,582 dan standar deviasi hipotetik sebesar 15.

Pada Skala Persepsi Kualitas Hidup skor minimum yang dihasilkan pada skor empirik sebesar 39 dan pada skor hipotetik sebesar 22. Skor maksimum yang dihasilkan pada skor empirik sebesar 85 dan pada skor hipotetik sebesar 110. Selanjutnya mean empirik pada Skala Kualitas Hidup sebesar 63,59 dan mean hipotetik sebesar 66. Standar Deviasi empirik yang diberoleh sebesar 8,616 dan standar deviasi hipotetik sebesar 14,6.

Berdasarkan data deskriptif, maka dapat dilakukan pengkategorisasian pada kedua variabel penelitian. Peneliti melakukan kategorisasi dukungan sosial keluarga dan kualitas hidup pada nelayan berdasarkan nilai mean dan standar deviasi hipotetik dengan mengelompokkan menjadi tiga kategori seperti yang dapat dilihat pada tabel berikut ini:

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Kategori |  | Pedoman | Skor | N | Persentase |
| Tinggi |  | X ≥ 𝜇 + 1. 𝜎 | X ≥ 90 | 58 | 37,4% |
| Sedang |  | (𝜇 − 1. 𝜎) ≤ X < (𝜇 + 1. 𝜎) | 60 ≤ X < 90 | 95 | 61,3% |
| Rendah |  | X < 𝜇 − 1. 𝜎 | X < 60 | 2 | 1,3% |
|  |  |  | Total | 155 | 100% |

Berdasarkan hasil kategorisasi Skala Dukungan Sosial Keluarga menunjukan bahwa subjek yang berada dalam kategorisasi tinggi sebesar 37,4 % (58 subjek), kategorisasi sedang sebesar 61,3 % (95subjek), dan kategori rendah sebesar 1,3 % (2 subjek), sehingga dapat disimpulkan pada penelitian ini sebagian besar subjek memiliki dukungan sosial keluarga dalam kategori sedang.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Kategori |  | Pedoman | Skor | N | Persentase |
| Tinggi |  | X ≥ 𝜇 + 1. 𝜎 | X ≥80,6 | 4 | 2,6% |
| Sedang |  | (𝜇 − 1. 𝜎) ≤ X < (𝜇 + 1. 𝜎) | 51,4 ≤ X < 80,6 | 137 | 88,4% |
| Rendah |  | X < 𝜇 − 1. 𝜎 | X < 51,4 | 14 | 9% |
|  |  | Total | 155 | 100% |

Berdasarkan hasil kategorisasi Skala Kualitas Hidup menunjukkan bahwa subjek yang berada dalam kategorisasi tinggi sebesar 2 % (4 subjek), kategorisasi sedang sebesar 88,7 % (137 subjek), dan kategori rendah sebesar 9,3 % (14 subjek), sehingga dapat disimpulkan pada penelitian ini sebagian besar subjek memiliki kualitas hidup dalam kategori sedang.

* + - 1. **Uji Asumsi**
				1. Uji Normalitas

Berdasarkan hasil uji normalitas variable dukungan sosial keluarga diperoleh KS-Z = 0,002 (p > 0,050), artinya sebaran data dukungan sosial keluarga tidak mengikuti sebaran data normal. Pada uji normalitas variabel kualitas hidup diperoleh KS-Z = 0,002 (p > 0,05), artinya sebaran data variabel kualitas hidup tidak mengikuti sebaran data normal.

|  |
| --- |
| **Tests of Normality** |
|  | Kolmogorov-Smirnova | Shapiro-Wilk |
| Statistic | df | Sig. | Statistic | df | Sig. |
| Kualitas Hidup Nelayan | .093 | 155 | .002 | .976 | 155 | .008 |
| Dukungan Sosial Keluarga | .093 | 155 | .002 | .984 | 155 | .071 |
| a. Lilliefors Significance Correction |

b. Uji Linieritas

Kaidah untuk uji linieritas adalah apabila nilai signifikansi < 0,050 maka hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat merupakan hubungan yang linier. Apabila nilai signifikansi ≥ 0,050 maka hubungan antara variabel bebas dan terikat bukan merupakan hubungan yang linier (Safitri, 2016). Berdasarkan hasil uji linieritas diperoleh F=61,616 dan p=0,000, maka menunjukkan bahwa hubungan antara kualitas hidup dan dukungan sosial keluarga merupakan hubungan yang linier.

* + - 1. **Uji Hipotesis**

Berdasarkan hasil analisis korelasi product moment (pearson correlation) diperoleh koefisien korelasi (rxy) = 0,539 dengan p = 0,000 (p < 0,050). Hasil analisis ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara variabel dukungan sosial keluarga dengan kualitas hidup, sehingga hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini diterima. Besarnya nilai rxy = 0,539 yang artinya dukungan sosial keluarga dengan kualitas hidup menunjukkan adanya korelasi pada tingkat sedang. Menurut Sugiyono (2015), koefisien korelasi 0,400 sampai 0,599 adalah korelasi yang sedang. Selanjutnya, hasil koefisien determinasi (R2) yang diperoleh dalam penelitian ini sebesar 0,290, yang artinya variabel dukungan sosial keluarga memberikan sumbangan efektifitas sebesar 29% terhadap variabel kualitas hidup dan sisanya 71% dipengaruhi oleh faktor-faktor lainnya yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Faktor-faktor lain tersebut antara lain yaitu, pengetahuan, tingkat pendidikan, dan resiliensi.

|  |
| --- |
| **Measures of Association** |
|  | R | R Squared | Eta | Eta Squared |
| Kualitas Hidup Nelayan \* Dukungan Sosial Keluarga | .539 | .290 | .694 | .482 |

**PEMBAHASAN**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial keluarga dengan kualitas hidup pada nelayan di Desa Banyutowo. Hasil analisis product moment menunjukkan koefisien korelasi (rxy) sebesar 0,539 dan p = 0,000. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial keluarga dengan kualitas hidup pada nelayan di Desa Banyutowo. Dengan demikian dapat diartikan bahwa semakin tinggi dukungan sosial keluarga, maka semakin tinggi kualitas hidup pada nelayan, sebaliknya semakin rendah dukungan sosial keluarga, maka semakin rendah pula kualitas hidup pada nelayan di Desa Banyutowo.

Diterimanya hipotesis dalam penelitian ini diperoleh koefisien determinasi (R2) sebesar 0,290. Dukungan sosial keluarga memberikan sumbangan efektifitas sebesar 29% terhadap variabel kualitas hidup dan sisanya 71% dipengaruhi oleh faktor-faktor lainnya yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Faktor-faktor lain tersebut antara lain yaitu, pengetahuan, tingkat pendidikan, dan resiliensi. Pada variabel kualitas hidup, nelayan yang menunjukan berada dalam kategorisasi tinggi sebesar 2 % (4 subjek), kategorisasi sedang sebesar 88,7 % (137 subjek), dan kategori rendah sebesar 9,3 % (14 subjek), sehingga dapat disimpulkan pada penelitian ini sebagian besar subjek memiliki kualitas hidup dalam kategori sedang.

Gambaran nelayan yang memiliki kualitas hidup yang tinggi dapat dilihat dari pendapatan yang diterima tinggi, pendapatan tinggi ini apabila lebih dari 1.500.000. lebih lanjut gambaran kualitas hidup yang tinggi pada nelayan juga dapat dilihat dari pendidikan lebih dari 9 tahun, memiliki aset seperti motor, alat elektronik (TV), memiliki jenis tabungan berupa tanah, ternak dan uang (Trijayanti, 2018). Gambaran subjek yang memiliki kualitas hidup sedang dapat dilihat dari bagaimana dukungan sosial, relasi personal, aktivitas seksual, bagaimana lingkungan rumah, sumber pendapatan, kebebasan, physical safety, dan security, perawatan kesehatan dan kepedulian sosial, partisipasi dan kesempatan melakukan rekreasi atau kegiatan, lingkungan fisik, juga transportasi daripada responden (Jalaham dkk, 2019). Sedangkan gambaran nelayan yang memiliki kualitas hidup rendah dapat dilihat dari masa kerja yang belum lama sehingga belum memiliki keahlian khusus (Trijayanti, 2017).

Berdasarkan hasil kategorisasi skala dukungan sosial keluarga menunjukan bahwa subjek yang berada kategorisasi tinggi sebesar 37,4 % (58 subjek), kategorisasi sedang sebesar 61,3 % (95 subjek), dan kategori rendah sebesar 1,3 % (2 subjek), sehingga dapat disimpulkan pada penelitian ini sebagian besar subjek memiliki dukungan sosial keluarga dalam kategori sedang. Gambaran subjek yang memiliki dukungan sosial keluarga yang tinggi dapat dilihat dari adanya kedekatan emosional, merasa dianggap dalam keluarga, mendapat bantuan dan bimbingan oleh anggota keluarga (Rizqi & Ediati, 2020). Gambaran tinggi rendahnya dukungan sosial keluarga pada nelayan dapat dilihat dari intensitas bantuan ataupun dukungan yang diberikan oleh keluarga, misalnya perhatian yang diberikan oleh keluarga, intensitas dalam pemberian nasihat ketika melakukan kesalahan, selalu mengingatkan untuk selalu menjaga kesehatan, penyediaan waktu untuk mendengarkan keluh kesah, dan bantuan materi seperti uang ataupun biaya membeli keperluan untuk melaut.

Berdasarkan perhitungan diatas dapat disimpulkan bahwa hipotesis diterima yaitu terdapat hubungan positif antara dukungan sosial keluarga dengan kualitas hidup pada nelayan di Kabupaten Pati. Hasil penelitian ini selaras dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Mulyati (2018) yanng berjudul “Pengaruh Dukungan Sosial Keluarga Terhadap Kualitas Hidup Dan Kesejahteraan Lansia”. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang positif antara dukungan sosial keluarga dengan kualitas hidup.

Dukungan sosial keluarga menjadi salah satu faktor yang dapat meningkatkan kualitas hidup. Hal tersebut sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Arini 2016 bahwa dukungan sosial keluarga memiliki korelasi pada kualitas hidup sebesar 0,611. Menurut Wortman dan Conway (dalam Farhati & Rosyid, 1996) menyatakan bahwa dukungan sosial dapat diperoleh dari teman dekat, anggota keluarga, teman, dokter serta ahli-ahli di bidang keahlian yang sesuai. Melalui dukungan sosial keluarga, kesejahteraan psikologis akan meningkat karena adanya perhatian dan pengertian yang akan menimbulkan perasaan memiliki, meningkatkan harga diri dan kejelasan identitas diri serta memiliki perasaan positif mengenai diri sendiri (Irwanto dalam Pangastiti, 2011). Beberapa aspek dalam dukungan sosial keluarga seperti yang diungkapkan oleh House (dalam Smet,1994) yaitu dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dan dukungan informatif.

Dukungan emosional yaitu suatu bentuk kenyamanan berupa kepedulian, perhatian ataupun empati yang diterima individu dari orang yang berarti, baik secara perorangan maupun kelompok (house, dalam Smet 1994). Adanya dukungan emosional keluarga akan membuat individu merasa nyaman, aman, dicintai, diperhatikan, dan menjadi bagian dari suatu jaringan sosial ketika berada dalam situasi yang tidak menyenangkan (Setyaningsih, 2011).

Kehadiran keluarga ditengah-tengah permasalahan subjek membuat subjek subjek tidak merasa kesepian. Perasaan kesepian yang ada pada seseorang dapat menyebabkan gangguan kesehatan, baik kesehatan fisik maupun kesehatan mental (Siwi, 2021). Perasaan kesepian memiliki hubungan dengan stres (Siwi, 2021). Stres dapat berakibat pada kesehatan fisik pada individu. Hal ini sependapat dengan Andria (2013) yang meyebutkan bahwa dampak negatif stres dapat berakibat pada kesehatan, adapun dampaknya adalah depresi, obesitas, demensia (kemerosotan daya ingat), sering infeksi, kanker payudara, insomnia, penyakit jantung, alergi, mengurangi kesuburan, darah tinggi dan stoke.

Berdasarkan artikel *online* kementrian kesehatan yang dipublikasikan tanggal 8 juni 2018, menyatakan bahwa stres dapat memengaruhi psikologi penderitanya, tetapi juga dapat berdampak kepada cara bersikap dan kesehatan fisik individu. Berdasarkan penjelasan-penjelasan tersebut, dapat disimpulkan bahwa dukungan emosional dapat menurunkan stres pada individu sehingga memiliki hubungan dengan aspek kesehatan fisik dari kualitas hidup.

Aspek dukungan sosial selanjutnya yaitu dukungan penghargaan atau penilaian. Menurut House (dalam Smet, 1994) dukungan penilaian atau penghargaan dapat berupa ungkapan hormat yang positif kepada seseorang, seperti dorongan untuk maju atau persetujuan dengan gagasan atau perasaan seseorang dan perbandingan positif seseorang dengan orang-orang lain.

Menurut Utami (2013) bahwa dukungan penghargaan dapat membantu individu dalam membangun harga diri dan kompetensi. Menurut Julianto (2020) harga diri membuat orang menjadi paham tentang dirinya. Seseorang yang memiliki tingkat pemahaman diri yang relatif tinggi, mampu menyesuaiakan sikap percaya diri terhadap orang lain dengan baik dibandingkan dengan seseorang yang memiliki tingkat pemahaman diri yang relatif rendah (Suryani, 2018).

Semakin tingkat kepercayaan diri seseorang itu tinggi maka kualitas hidupnya juga akan tinggi, dan sebaliknya semakin rendah tingkat kepercayaan diri pada seseorang, maka kualitas hidupnya juga akan rendah (Shafaee dkk, 2018). Berdasarkan penjelasan-penjelasan diatas, dapat dikatakan bahwa aspek dukungan penghargaan mempengaruhi aspek psikologis dari kualitas hidup, karena dukungan penghargaan membentuk harga diri dan rasa percaya diri yang baik sehingga mempengaruhi kualitas hidup indiividu.

Aspek selanjutnya yaitu dukungan informatif. Menurut House (dalam Smet, 1994) dukungan informatif berupa dukungan secara lisan maupun tulisan dengan pemberian nasihat, saran, petunjuk-petunjuk, yang berupa informasi. Adanya dukungan informatif akan membuat wawasan individu menjadi lebih luas sehingga dapat lebih berpikir positif dalam menghadapi suatu permasalahan (Sari, 2011). Individu yang berpikir positif selalu didasarkan fakta bahwa setiap masalah pasti ada pemecahan dan suatu pemecahan yang tepat selalu melalui proses intelektual yang sehat (Yuliyan Dkk, 2017).

Ramadhani (2022) yang menunjukkan bahwa kehidupan seseorang akan berkualitas apabila dipengaruhi oleh pemikiran positif dari individu itu sendiri. Hal serupa juga dikatakan oleh Kurniasari dan Leonardi (2013) menjelaskan bahwa kualitas hidup dipengaruhi secara positif oleh pikiran individu. Berdasarkan penjelasan-penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa aspek dukungan informatif mempengaruhi aspek psikologis.

Aspek selanjutnya ialah dukungan instrumental. Dukungan instumental yakni dukungan yang berupa bantuan peralatan, perkerjaan, dan keuangan (House dalam Smet, 1994).

Menurut Pratiwi (2012) pemberian dukungan instrumental ini jika diberikan akan membantu individu dalam melaksanakan kegiatannya sehingga mampu mengurangi perasaan ketidakmampuan individu dalam melakukan pekerjaannya. Kemampuan individu dalam berkerja memiliki pengaruh terhadap produktifitas kerja. Hal tersebut selaras dengan pendapat Hasanah (2020) bahwa peningkatan produktivitas kerja karyawan dipengaruhi oleh kemampuan kerja. Produktifitas kerja yang meningkat akan mempengaruhi pendapatan. Menurut Harieswantini (2017) peningkatan produktivitas tenaga kerja juga akan berpengaruh terhadap pendapatan. Pendapatan menjadi indikator dalam mengukur kualitas hidup nelayan dan pendapatan juga memiliki pengaruh positif terhadap kualitas hidup (Faried, 2018).

Berdasarkan hasil analisis, hipotesis dalam penelitian ini diterima sehingga mengungkap bahwa terdapat hubungan positif antara dukungan sosial keluarga dengan kualitas hidup pada nelayan di Kabupaten Pati. Demikian dapat diartikan bahwa semakin tinggi dukungan sosial keluarga, maka semakin tinggi pula kualitas hidup pada nelayan, sebaliknya semakin rendah dukungan sosial keluarga, maka semakin rendah pula kualitas hidup pada nelayan. Nelayan dengan dukungan sosial keluarga misalnya dukungan instrumental, dukungan emosional, dukungan informasi, dan dukungan penghargaan yang tinggi dapat meningkatkan kualita hidup nelayan. Hal ini berbeda dengan penelitian Suardana, Dkk (2015) menunjukan hasil yang sebaliknya, yaitu tidak ada hubungan antara dukungan sosial keluarga dengan kualitas hidup. Adanya penelitian ini, peniliti berhasil memberikan sumbangan dan membuktikan bahwa dukungan sosial keluarga memiliki hubungan positif dengan kualitas hidup.

**KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif antara dukungan sosial keluarga dengan kualitas hidup pada nelayan di Kabupaten Pati koefisien korelasi (rxy) sebesar 0,539 dan p = 0,000 (p < 0,050). Artinya semakin tinggi dukungan sosial keluarga, maka semakin tinggu pula kualitas hidup nelayan. Sebaliknya, semakin rendah dukungan sosial keluarga, maka semakin rendah pula kualitas hidup nelayan. Adanya dukungan sosial keluarga yang tinggi membantu nelayan dalam menghadapi tekanan hidup sehingga nelayan memiliki kualitas hidup yang baik. Sebaliknya dukungan sosial yang rendah dapat menyebabkan stres dan frustasi pada nelayan karena tekanan hidup yang tinggi sehingga nelayan memiliki kualitas hidup rendah.

Hasil dari analisis data diperoleh nilai koefisien determinasi (R2) sebesar 0,290. Dukungan sosial keluarga memberikan sumbangan efektifitas sebesar 29% terhadap variabel kualitas hidup dan sisanya 71% dipengaruhi oleh faktor-faktor lainnya yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Bagi peneliti yang berminat untuk melakukan penelitian sejenis atau mengembangkan penelitian ini, sebaiknya menggunakan faktor-faktor lainnya yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Faktor lain yang dapat diukur untuk penelitian selanjutnya dapat menggunakan faktor pengetahuan, tingkat pendidikan, dan resiliensi.

**DAFTAR PUSTAKA**

Andria, K M. (2013). Hubungan antara perilaku olahraga, stres dan makan dengan tingkat hipertensi pada lanjut usia di posyandu lansia Kelurahan Gebang Putih Kecamatan Sukolilo Kota Surabaya. *Jurnal Promkes*, 1(2), 111-117.

Arini, Dwi., Dkk. (2016). Pengaruh dukungan sosial keluarga terhadap kualitas hidup lansia di panti werdha ria pembangunan Jakarta Timur. *Jurnal kesejahteraan keluarga dan pendidikan*, 3(2), 69-73. DOI: <https://doi.org/10.21009/JKKP.032.04>

Aristawati, Nanda Dewi., Febriyanto, Kresna. (2021). Hubungan status gizi (IMT) dengan tingkat kualitas hidup pada nelayan. *Borneo Student Research*, 2(1), 1181-1187.

Bart, Smet. (1994). Psikologi Kesehatan. PT. Gramedia Widiasarna Indonesia: Jakarta.

Erniati, S., Dkk. (2018). Peran resiliensi dan dukungan sosial keluarga terhadap kebahagiaan remaja. *Prosiding Konferensi Nasional,* hal78-85.

Farhati, Feri., & Rosyid, Haryanto F. (1998). Karakteristik pekerjaan, dukungan sosial dan tingkat burn-out pada non human services corporation. *Jurnal Psikologi,* 1,1-12.

Faried, A I., DKK. (2018). Analisis faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat kualitas hidup nelayan pesisir di Desa Pahlawan Kecamatan Tajung Tiram Kabupaten Batu Bara. *Jurnal Kajian Ekonomi dan Kebijakan Publik*, 4(1), 97-112.

Handono, Oki Tri., & Bashori, Khoiruddin. (2013). Hubungan antara penyesuaian diri dan dukungan sosial terhadap stress lingkungan pada santri baru. *Jurnal Fakultas Psikologi*, 1(2), 79-89.

Harieswantini, Retno., DKK. (2017). Analisa produktivitas dan pendapatan tenaga kerja penyadap karet di Kabupaten Jember. *Jurnal Sosiall Ekonomi Pertanian*, 10(1), 55-64.

Hasanah, A S. (2020). Pengaruh kemampuan dan motivasi terhadap produktivitas kerja karyawan pada perusahaan daerah air minum (PDAM) Kabupaten Majalengka. *Jurnal Insitusi Politeknik Ganesha Medan*, 3(1), 85-92.

Irwanto. 2002. Psikologi Umum. Jakarta: PT. Prenhallindo.

Julianto, Very., Cahyani R A., Sukmawati, S., Restu, E S. (2020). Hubungan antara harapan dan harga diri terhadap kebahagiaan pada orang yang mengalami toxic relationship dengan kesehatan psikologis. *Jurnal Psikologi Integratif*, 8(2), 103-115.

Julianto, Very., DKK. 2020. Hubungan antara harapan dan harga diri terhadap kebahagiaan pada orang yang mengalami toxic relationship dengan kesehatan psikologi. Jurnal Psikologi Integratif, 8(1), 103-115.

Kurniasari, K. & Leonardi, T. (2013). Kualitas perempuan lanjut usia yang melajang. *Journal Psikologi Pendidikan dan Perkembangan*. 2(3), 152-159.

### Mulyati., DKK. (2018). Pengaruh dukungan sosial keluarga terhadap kualitas hidup dan kesejahteraan lansia. *Jurnal Kesejahteraan Keluargadan Pendidikan*, 5(1), 1-8. DOI: <https://doi.org/10.21009/JKKP.051.01>

Okfrima, R., Yola, E. P. ., & Fikri, H. T. (2021). Hubungan Antara dukungan sosial keluarga dengan kualitas hidup pada lansia di Nagari Paninjauan Kec. X Koto Diatas Kab. Solok. *Psyche Journal*, *14*(2), 173–179. <https://doi.org/10.35134/jpsy165.v14i2.58>

Pangastiti. K. N., (2011). Analisis pengaruh dukungan sosial keluarga terhadap burnout pada perawat kesehatan di rumah sakit jiwa. Skripsi. Semarang: Universitas Diponegoro.

Pratiwi, I H. 2012. Pengaruh dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dan dukungan informatif terhadap stres pada remaja di Yayasan Panti Asuhan Putra Harapan Asrori Malang. *Jurnal Ilmiah*, 1-12.

Ramadhani, A., Ulfiya, F. (2022). Berpikir positif dan kepercayaan diri terhadap kualitas hidup. *Jurnal Basicedu*, 6(3), 5447-5445.

Ramadhanty, Fathin N., Kinanti, Melok R. (2021). Kualitas hidup remaja berstatus sosial ekonomi rendah: bagaimana kontribusi resiliensi keluarga?. *Jurnal Ilmiah Psikologi*, 8(1), 31-46. DOI: 10.15575/psy.v8i1.8707

Rantung, J., Yetti, K dan Herawati, T. (2015). Hubungan antara self care dengan kualitas hidup pasien diabetes mellitus (DM) di Persatuan Diabetes Indonesia (persadia) cabang Cimahi. *Jurnal Skolastik Keperawatan*, 1 No.1, 38-50.

Retnowati, Endang. (2011). Nelayan Indonesia dalam pusaran kemiskinan struktural (perspektif sosial, ekonomi, Dan hukum). *Perspektif*, 16(3), 149-159.

Rizqi, Fairuz D N., Ediati, Annastasia. (2020). Dukungan sosial keluarga dan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja pada mahasiswa semester akhir. *Jurnal Empati,* 8(4), 71-76.

Sari, K. (2011). Konsep dukungan sosial. from <http://artidukungansosial.blogspot.com/>

Setiawan, H I. (2015). The correlation between family’s emotional support and the stress level of hospitalized patients at Interna Room Balung Regional Hospital Jember. *Artikel Jurnal*, 1-10.

Setyaningsih, F D., Dkk. (2011). hubungan antara dukungan emosional keluarga resiliensi dengan kecemasan menghadapi kemoterapi pada pasien kanker rsud dr moewardi surkarta. *Jurnal Wacana Psikologi*, 3(2), 60-85.

Shafaee, F. S., Mirghafourvand, M., Harischi, S., Esfahani, A., & Amirzehni, J. (2018). Self-confidence and quality of life in women undergoing treatment for breast cancer. *Asian Pacific Journal Of Cancer Prevention*, 19(3), 733–740. Https://Doi.Org/10.22034/ Apjcp.2018.19.3.733

Siwi, L G., Dkk. (2021). Perasaan kesepian berhubungan dengan depresi kecemasan dan stres pada siswa SMA. *Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah STIKES Kendal*, 11(4), 739-746.

Smet, B. (1994). Psikologi kesehatan. Ahli bahasa: Bagus Wismanto. Jakarta: PT. Grasindo Persada.

Suardana IK., DKK. (2015). [Hubungan dukungan sosial keluarga dengan kualitas hidup pasien diabetes melitus tipe II di Puskesmas IV Denpasar Selatan](http://poltekkes-denpasar.ac.id/files/JSH/V12N1/I%20Ketut%20Suardana%2C%20I%20G.A.%20Ari%20Rasdini%2C%20Ni%20Ketut%20Kusmarjathi.pdf). *Jurnal Skala Husada,* 12(1), 96-102.

Suhartoyo, Fitri M., Dkk. (2018). Hubungan antara dukungan sosial dengan kualitas hidup pada penduduk di Kelurahan Tumumpa Dua Kecamatan Tuminting Kota Manado. *Jurnal KESMAS,* 7(4).

suryani, O I., Gunawan, I M. (2018). [Hubungan pemahaman diri dengan sikap percaya diri Pada siswa kelas VIII SMPN 7 Woja](http://e-journal.undikma.ac.id/index.php/jurnalkependidikan/article/view/1128). *Jurnal Kependidikan*, 4(2), 188-191.

Susmiati., Dkk. (2019). Perbandingan kualitas hidup berdasarkan status gizi pada remaja. *NERS: Jurnal Keperawatan*, 15(1),48-53.

Sutikno, E. (2011). Hubungan antara fungsi keluarga dan kualitas hidup lansia. *Jurnal Kedokteran Indonesia,* 2(1).

Trijayanti, Elizabet., & Muta’Ali, Luthfi. (2017). Kualitas hidup nelayan Desa Kemadang, Kecamatan Tanjungsari, Kabupaten Gunungkidul. Jurnal Bumi Indonesia, 6(1), 1-9.

Utami, Ni Made S N. (2013). Hubungan antara dukungan sosial keluarga dengan penerimaan diri individu yang mengalami asma. *Jurnal Psikologi Udayana*, 1(1), 12-21.

Wardhani, V. (2006). Gambaran kualitas hidup dewasa muda berstatus lajang melalui adaptasi instrumen WHOQOL-BREF dan SRPB. Depok: Universitas Indonesia.

Yuliyan, R., Dkk. (2017). Peran efikasi diri (self efficacy) terhadap kemampuan pemecahan masalah matematika ditinjau dari kemampuan berpikir positif. *Unnes Journal of Mathematics Education,* 6(3), 366-374.

Zainuddin., Dkk. (2015). Hubungan stres dengan kualitas hidup penderita diabetes mellitus tipe 2. *Jurnal Online Mahasiswa*, 2(1), 890-898.