

**Makna, Pengukuran dan Domain Kepuasan Hidup daripada  
Pelbagai Perspektif: Analisis Literatur**  
*Meaning, Measurement and Domain of Life Satisfaction from  
Different Perspectives: Literature Review*

SITI MARZIAH ZAKARIA, NOR BA'YAH ABDUL KADIR,  
NASRUDIN SUBHI & KHAIDZIR ISMAIL  
Pusat Kesejahteraan Manusia dan Masyarakat, FSSK, UKM.  
*marziah@ukm.edu.my*

Received: 10 August 2018

Accepted: 15 November 2018

**ABSTRAK**

Kepuasan hidup adalah persepsi seseorang tentang kehidupan yang sedang dan telah dilalui, serta kehidupan yang bakal dilaluinya pada masa hadapan. Ia merupakan penilaian seseorang terhadap kehidupannya secara keseluruhan. Kajian-kajian lepas ke atas kepuasan hidup mendapati kecenderungan kebanyakan pengkaji untuk mengukur kepuasan hidup secara umum. Namun begitu, kepuasan hidup juga boleh dikaji dengan melihat kepada domain-domain atau elemen-elemen kepuasan hidup. Kertas konsep ini akan menilai makna kepuasan hidup dan mengenalpasti pengukuran serta domain kepuasan hidup daripada pelbagai perspektif. Makna kepuasan hidup didapati sangat berkait rapat dengan makna hidup yang dipegang seseorang. Secara keseluruhan, dapatan-dapatan lepas menunjukkan bahawa kepuasan hidup selalu ditafsirkan sebagai perasaan syukur, redha, optimis dan gembira. Makna kepuasan hidup berbeza mengikut peringkat umur yang dikaji. Dewasa pertengahan usia dan lanjut usia mentafsirkan kepuasan hidup lebih kepada elemen spiritual dan kekeluargaan.

**Kata kunci:** makna kepuasan hidup, domain kepuasan hidup, pengukuran kepuasan hidup, perspektif, makna hidup

**ABSTRACT**

*Life satisfaction is one's perception about their current and past life, and their life in future. It is one's review of their life as a whole. Past studies on life satisfaction showed the tendency of most of researchers to measure life satisfaction in general. Nevertheless, life satisfaction can also be studied by examining the domains and elements of life satisfaction. This concept paper will assess the meanings of life satisfaction and identify the measurements and domains of life satisfaction from different perspectives. The meaning of life satisfaction was found to be closely related to the meaning of life that one embrace. Generally, past findings showed that life satisfaction has been defined as the sense of gratitude, acceptance, optimism, and happiness. The meaning of life satisfaction is different according to the age level. Middle-aged adults and ageing defined life satisfaction more to the spiritual elements and family relationship.*

**Key words:** *the meaning of life satisfaction, domain of life satisfaction, measurement of life satisfaction, perspective, meaning of life*

## **PENGENALAN**

Kepuasan hidup telah kerap dikaji di beberapa negara seperti Australia (NATSEM 2010), Amerika Syarikat (Meeks & Murrell 2001), Netherlands (Kapteyn et al. 2009), Kanada (Gee & Veevers 1990), Sweden (Berg et al. 2009; Borg et al. 2005), Jepun (Yamawaki et al. 2011), China (Leung et al. 2005; Song & Appleton 2008), India (Hasnain et al. 2011) dan sebagainya. Kajian ke atas kepuasan hidup telah dijalankan kepada pelbagai sampel yang terdiri daripada warga tua (Ramachandran & Radhika 2012; Sener 2011; Song 1992), dewasa awal hingga akhir (Hutchinson et al. 2004), remaja (Kong & You 2013), pelajar universiti (Mahanta & Aggarwal 2013), wanita (Jan & Masood 2008) dan pekerja di pelbagai sektor (Adams et al. 1996; Jessica et al. 2008). Di Malaysia, kajian kepuasan hidup telah dijalankan ke atas jururawat wanita (Wan Edura et al. 2011), warga tua (Guzman 2012; Kooshair et al. 2014) dan golongan asnaf (Hairunnizam et al. 2010). Kajian mengenai kepuasan hidup wanita bekerjaya pertengahan usia masih kurang diterokai di Malaysia.

Kepuasan hidup telah diterima sebagai aspek utama dalam kebajikan manusia (Jan & Masood 2008). Kepuasan hidup adalah ukuran kesejahteraan psikologi yang paling popular, di samping ukuran yang lain seperti kesejahteraan subjektif dan kegembiraan (Tariq 2012). Ia boleh dinilai secara spesifik kepada domain tertentu kehidupan atau secara umum. Kepuasan hidup bukan hanya penilaian seseorang tentang kehidupan, tetapi, ia juga melibatkan pengiktirafan, keyakinan, kesyukuran dan penghargaan seseorang akan kehidupannya. Ia adalah persepsi seseorang tentang kehidupan yang sedang dan telah dilalui, serta kehidupan yang bakal dilaluinya pada masa hadapan. Kesimpulannya, ia merupakan penilaian seseorang terhadap kehidupannya secara keseluruhan (Jan & Masood 2008).

Kepuasan hidup menggambarkan pengalaman-pengalaman yang memberi kesan kepada persepsi seseorang tentang kepuasan hidupnya. Pengalaman-pengalaman hidup yang positif akan memotivasikan individu untuk terus mencapai matlamat hidupnya (Bailey et al. 2007). Pengalaman-pengalaman positif yang telah dilalui tentunya memberi kesan yang positif kepada penghargaan sendiri. Seterusnya, penghargaan sendiri, mood dan emosi, personaliti, persekitaran, nilai, budaya serta pandangan seseorang tentang kehidupan akan memberi kesan kepada kepuasan hidup (Bailey et al. 2007). Kepuasan hidup umum datang daripada nilai peribadi seseorang dan apa yang dianggapnya penting dalam hidup. Contohnya, keluarga mungkin aspek yang paling penting bagi kebanyakan individu. Namun, ada juga yang menganggap nilai material dan wang lebih penting daripada keluarga, terutamanya dalam kalangan golongan yang sering ditindas daripada segi ekonomi (Georgellis et al. 2009).

Kepuasan hidup ialah satu konstruk subjektif yang berubah mengikut jantina, tahap pendidikan, umur, pendapatan, status perkahwinan dan faktor demografi yang lain (Zhang et al. 2011). Sebagai contoh, Chipperfield dan Havens (2001) mendapati bahawa wanita dan lelaki yang mengalami kegagalan dalam rumahtangga melaporkan kepuasan hidup yang rendah. Shichman dan Cooper (2004) pula mendapati tahap pendidikan, pendapatan dan perkahwinan

sebagai faktor utama kepuasan hidup. Manakala dalam kalangan warga tua, aspek kewangan dan fizikal lebih signifikan dalam mempengaruhi kepuasan hidup. Umur juga berkaitan dengan kepuasan hidup, sebagaimana yang dibuktikan oleh Jan dan Masood (2008). Dengan peningkatan umur, kepuasan hidup didapati menurun sebanyak 40%. Kertas konsep ini akan menilai makna kepuasan hidup dan mengenalpasti pengukuran serta domain kepuasan hidup.

## **METODOLOGI**

Pangkalan data seperti PsycINFO, Scopus, Google Scholar, Mycite dan Sagepub telah digunakan untuk mencari artikel terkini. Artikel yang diperolehi diterbitkan daripada jurnal saintifik berbahasa Inggeris dan Bahasa Malaysia. Kata kunci yang digunakan adalah *meaning of life satisfaction/makna kepuasan hidup, measurement of life satisfaction/pengukuran kepuasan hidup, dan domains of life satisfaction/domain kepuasan hidup*. Carian dalam PsycINFO, Scopus, Google Scholar, Mycite dan Sagepub juga menggunakan perkataan tambahan seperti “age, gender, and perspectives”.

Jumlah keseluruhan artikel yang dikumpulkan bagi mengkaji makna, domain dan pengukuran kepuasan hidup ialah 80 artikel. Selepas disaring berdasarkan kriteria inklusif, hanya sebanyak 56 artikel terpilih untuk dianalisis. Kriteria pertama ialah kajian empirikal tentang kepuasan hidup berdasarkan umur. Kajian-kajian yang meneliti makna kepuasan hidup, domain serta kriteria kepuasan hidup dikeluarkan. Pengkaji menganalisis pengukuran kepuasan hidup yang digunakan dalam kajian-kajian yang lepas. Kriteria kedua ialah artikel yang diterbitkan selepas tahun 2000, kecuali bagi teori-teori klasik. Keutamaan diberikan kepada artikel-artikel terkini, terutamanya yang diterbitkan selepas tahun 2010.

## **DAPATAN**

Hasil carian dan analisis literatur mendapati beberapa makna bagi kepuasan hidup. Makna kepuasan hidup dilihat dalam perspektif yang berbeza, daripada pelbagai negara dan konteks. Ia juga mempunyai makna yang subjektif mengikut rekabentuk penyelidikan yang dijalankan samada secara kualitatif atau kuantitatif. Makna kepuasan hidup selalu dikaitkan dengan makna hidup dalam kebanyakan kajian yang telah dijalankan. Ia juga boleh dilihat secara objektif dan subjektif mengikut kriteria yang diletakkan oleh responden. Kepuasan hidup juga telah diukur dalam pelbagai skala dan instrument yang berlainan. Ia boleh diukur secara umum atau melihat kepada elemen-elemen atau domain-domain kepuasan hidup itu sendiri. Kebanyakan pengkaji cenderung untuk mengukurnya secara umum, yang bergantung kepada penilaian seseorang terhadap kehidupan yang sedang dilaluinya kini. Dapatan-dapatan penting daripada analisis literatur dihuraikan dalam sub-topik di bawah

### **Makna kepuasan hidup**

Diener mencadangkan bahawa kepuasan hidup adalah satu penilaian umum tentang perasaan dan sikap seseorang terhadap kehidupan pada masa tersebut, yang mana ia boleh dinilai dalam persepsi negatif atau positif (Buetell, 2006). Manakala Veenhoven (1996) pula menegaskan bahawa kepuasan hidup adalah tahap penilaian positif seseorang tentang kualiti keseluruhan

hidupnya. Dalam erti kata lain, sejauh mana seseorang individu suka kepada kehidupan yang sedang dijalannya. Ellison et al. (1989) pula memberikan pendirian yang lebih spesifik kepada kepuasan hidup. Mereka berpandangan bahawa kepuasan hidup adalah penilaian kognitif tentang kehidupan, yang bersifat konsisten dan dipengaruhi oleh faktor sosial.

Kajian-kajian lepas telah cuba meneroka makna hidup dan persepsi kepuasan hidup dalam konteks dan perspektif yang berbeza. Kepuasan hidup ternyata melibatkan perbandingan antara kehidupan yang sedang dilalui sekarang dengan kehidupan yang dirasakan patut dilalui atau yang dirasakan ideal (kehidupan yang baik). Kajian tentang kepuasan hidup di pelbagai negara menunjukkan bahawa keadaan hidup memberi pengaruh yang kuat kepada kepuasan hidup secara umum. Negara yang mempunyai prospek kerjaya yang lebih baik didapati mempunyai kepuasan hidup yang lebih baik (Helliwell, Layard, & Sachs, 2017). Pada masa yang sama, kepuasan hidup didapati sangat berkait dengan pendapatan, terutamanya di negara-negara yang miskin. Ini menunjukkan bahawa pendapatan menyumbang kepada kepuasan hidup dan memberi makna yang signifikan kepada kehidupan.

Pendidikan juga memberi makna yang penting kepada kepuasan hidup. Negara yang lebih tinggi taraf pendidikan penduduknya melaporkan kepuasan hidup yang lebih tinggi. Kesan pendidikan kepada kepuasan hidup lebih tinggi apabila hanya segelintir sahaja individu di negara tersebut yang memiliki tahap pendidikan tersebut, seperti sarjana muda, sarjana, atau Phd (Salinas-Jiménez, Artés, & Salinas- Jiménez, 2011). Kesihatan fizikal juga sering kali berkait dengan kepuasan hidup. Begitu juga dengan kesihatan mental dan emosi. Kesihatan fizikal dan mental boleh menjadi penyumbang juga sebagai hasil atau kesan daripada kepuasan hidup. Kajian telah menunjukkan bahawa kepuasan hidup berkait dengan kebimbangan, kegemukan, gangguan tidur, malah penyakit kronik (Strine, Chapman, Balluz, Moriarty, & Mokdad, 2008).

Dalam dunia hari ini, pencarian kehidupan yang bermakna selalunya disifatkan sebagai salah satu cara untuk mencapai kepuasan hidup. Sebagaimana yang dicadangkan oleh Rogers (1951) sebagai individu yang berperanan sepenuhnya (fully-functioning person). Maslow (1970) pula mencadangkan konsep realisasi diri (self-actualization) dan Ryff dan Singer (1998) dengan konsep kesejahteraan psikologi. Secara umumnya, mereka mencadangkan bahawa individu patut mengembangkan kekuatan dan kelebihan diri dan menggunakannya untuk manfaat orang lain juga. Justeru, penilaian mengenai kepuasan hidup selalunya akan mengambil kira sejauh mana individu tersebut telah mengembangkan potensi dan kebolehannya. Penilaian kepuasan hidup juga memberi perhatian kepada peranan dan sumbangannya kepada kehidupan orang lain.

Santos et al. (2012) mendalami makna kepuasan hidup dengan mengkaji perkaitan antara makna dalam hidup dan kepuasan hidup. Kajian dijalankan ke atas 969 pelajar kolej di Filipina. Kajian menggunakan instrumen standard, iaitu *Meaning in Life Questionnaire*, *Satisfaction with Life Scale* dan *Positive Affect and Negative Affect Schedule*. Dapatan kajian menunjukkan bahawa makna dalam hidup dan kepuasan hidup mempunyai perkaitan yang positif. Makna dalam hidup berdasarkan kepada *Steger's Meaning in Life Questionnaire (MLQ)* boleh dibahagikan kepada 2 komponen iaitu kewujudan makna dan pencarian makna. Ho et al. (2010) juga turut membuktikan bahawa makna dalam hidup mempunyai perkaitan yang kuat dan positif dengan kepuasan hidup.

Fave et al. (2013) mengkaji dengan lebih intensif sumber dan motif makna hidup dalam kalangan dewasa di tujuh negara Barat. Pengkaji menggunakan kaedah campuran untuk mendapatkan tema bagi sumber-sumber makna hidup. Antara sumber yang penting adalah kehidupan peribadi dan keluarga, kesejahteraan, harmoni dan realisasi diri. Kajian juga mendapati bahawa tahap umur yang berbeza meletakkan keutamaan yang berbeza kepada sumber atau domain tersebut. Manakala Shigehiro dan Ed (2014) pula melaporkan bahawa responden negara kaya memberi makna yang berbeza kepada hidup daripada responden negara miskin. Kajian yang dijalankan ke atas 132 negara ini mendapati bahawa kepuasan hidup adalah lebih tinggi di negara-negara kaya. Namun, makna hidup didapati lebih tinggi di negara-negara miskin berbanding negara kaya. Rakyat di negara miskin dikatakan lebih kuat pegangan agamanya. Pegangan agama telah berperanan sebagai pengantara yang signifikan dalam kajian ini. Ternyata, agama memainkan peranan yang penting dalam pencarian makna hidup responden (Shigehiro & Ed 2014).

Wanita pertengahan usia mentafsirkan kepuasan hidup sebagai kejayaan atau pencapaian, ketenangan jiwa dan fikiran, penyelesaian hidup serta keredhaan dan kesyukuran (Siti Marziah, Nor Ba'yah & Nasrudin 2017). Wanita pertengahan usia yang dikaji membuat penilaian kepada kepuasan hidup dengan melihat lebih kepada aspek-aspek dalaman dan kerohanian. Mereka cuba membina kehidupan yang lebih bermakna, lebih tenang dan diredhai. Kajian ini dijalankan secara kualitatif ke atas Sembilan orang peserta wanita pertengahan usia bekerjaya di Hulu Langat, Selangor. Justeru, makna kepuasan hidup mungkin berbeza bagi wanita daripada peringkat umur yang lain.

Beberapa faktor telah didapati penting untuk kehidupan yang bermakna dan berjaya sepanjang bahagian kedua kehidupan (bermula daripada pertengahan usia sehingga meninggal), iaitu faktor hubungan yang rapat dengan individu lain, pembelajaran sepanjang hayat, sikap menerima atau redha dan optimis dan keprihatinan terhadap diri dan orang lain (Corbett 2012). Pengalaman dan ilmu yang dimiliki akan dicurahkan kepada generasi muda. Individu pada usia ini mahu menghabiskan masanya melakukan sesuatu yang bermakna. Mereka akan cuba untuk terus belajar dan mendalami ilmu-ilmu keagamaan. Aspek spiritual didapati menyumbang kepada penuaan berjaya. Sebagaimana Macmillan (2012) menegaskan bahawa individu di bahagian kedua kehidupan mempunyai keperluan sosial dan spiritual yang tinggi. Keperluan ini perlu diambil kira dalam sebarang intervensi perubatan dan kebajikan.

Allardt (2003) turut mencadangkan bahawa individu mempunyai tiga jenis keperluan asas iaitu keperluan untuk memiliki, keperluan untuk mengasahi dan keperluan sendiri. Semua keperluan ini merupakan asas kepada kepuasan hidup serta kesejahteraan. Keperluan untuk memiliki diukur daripada taraf hidup dan persekitaran seperti pendapatan, kesihatan, pendidikan, kediaman dan kenderaan. Manakala keperluan untuk mengasahi pula dinilai daripada hubungan mereka dengan keluarga dan individu lain. Keperluan sendiri lebih menumpukan kepada keperluan untuk membangunkan potensi diri dan mencapai cita-cita. Model ini telah diguna pakai oleh Nor Hafizah dan Hazizan (2012) dalam kajiannya mengenai kepuasan hidup subjektif dalam kalangan penjawat awam Melayu di Malaysia. Kajian tersebut menambah satu lagi keperluan di dalam kerangka kajian iaitu keperluan spiritual. Keperluan ini lebih terarah kepada aspek agama dan kerohanian.

Nor Hafizah dan Hazizan (2012) mengemukakan dua tema kepuasan hidup subjektif iaitu kepuasan dalam bukan keperluan hidup dan kepuasan dalam keperluan hidup. Dapatan menunjukkan bahawa kepuasan dalam bukan keperluan hidup lebih menjadi keutamaan kepada responden. Sub-tema utama bagi kepuasan dalam bukan keperluan hidup adalah bebas daripada penyakit, memiliki keluarga yang stabil dan ketenangan rohani. Manakala bagi keperluan hidup, responden lebih memberi fokus kepada kemampuan untuk memenuhi keperluan asas, mengekalkan standard kehidupan, memperbaiki kualiti hidup dan mengekalkan cara hidup sederhana. Ini selaras dengan dapatan kajian Easterlin et al. (2012) yang menunjukkan bahawa responden tidak meletakkan wang sebagai kunci kegembiraan. Responden lebih memberi perhatian kepada isu kekeluargaan seperti mempunyai masa untuk keluarga dan menjaga ahli keluarga. Ia konsisten dengan dapatan Song dan Appleton (2008) dan Liu (2006).

Kepuasan hidup juga telah diuji sama ada ditentukan oleh penilaian mengenai kejayaan atau kejayaan hidup itu sendiri (Meulemann 2001). Ia juga dinilai sama ada lebih bergantung kepada kejayaan dalam awal usia atau akhir usia. Untuk menemukan jawapan, kajian ke atas responden berumur 16 hingga 43 tahun telah dilakukan. Analisis mendapati bahawa kepuasan hidup lebih dipengaruhi oleh penilaian mengenai kejayaan daripada kejayaan hidup. Ini kerana, kejayaan dan kegagalan dalam hidup bergantung kepada penilaian peribadi yang dibuat. Penilaian mengenai kejayaan merupakan pertimbangan terakhir yang dibuat bagi memutuskan mengenai kepuasan hidup. Kejayaan di akhir usia juga lebih penting bagi responden daripada kejayaan di awal usia (Meulemann 2001).

### **Pengukuran dan Domain Kepuasan Hidup**

Becchetti dan Pelloni (2011) mencadangkan bahawa literatur telah mengukur persoalan berkaitan dengan kepuasan hidup dalam dua cara. Cara pertama ialah dengan mengambil kira penilaian umum terhadap kehidupan seseorang. Responden akan mengambil kira semua aspek, tanpa melihat kepada peristiwa-peristiwa terkini yang berlaku kepada hidup mereka. Soalan yang biasa dikemukakan adalah: "Sejauh mana anda berpuas hati dengan kehidupan anda, dengan mengambil kira semua aspek hidup?". Maklum balas responden adalah berdasarkan kepada skala Likert sama ada 0-10 mata atau 0-7 mata. Cara kedua ialah dengan meneliti kepuasan hidup mereka berdasarkan kepada peristiwa terkini yang berlaku dalam hidup (Redelmeier & Kahneman 1996). Dalam pendekatan ini, responden biasanya diminta untuk merekodkan peristiwa-peristiwa penting terkini yang berlaku dan tahap kepuasan hidup mereka pada setiap peristiwa.

Kajian-kajian lepas ke atas kepuasan hidup mendapati kecenderungan kebanyakan pengkaji untuk mengukur kepuasan hidup secara umum. Sebagai contoh Praag et al. (2010) menganalisis kepuasan hidup keseluruhan dan kepuasan kewangan dalam kalangan rakyat Israel yang terdiri daripada bangsa Yahudi dan Arab. Begitu juga dengan Song (1992) yang mengkaji pengaruh faktor psikologi sosial ke atas kepuasan hidup warga tua Korea. Hutchinson et al. (2004) juga percaya tahap kepuasan hidup boleh diukur dengan bertanyakan kepuasan hidup responden secara keseluruhan. Soalan ditanyakan secara jelas dan terus, iaitu; "adakah anda berpuas hati dengan kehidupan anda secara keseluruhan?". Daripada skor ini, ramalan kepuasan hidup akan ditentukan daripada segi umur, status perkahwinan dan pekerjaan.

Walaupun wujud persetujuan tentang apa yang menyumbang kepada kepuasan hidup atau kehidupan yang baik, tetapi Diener (1984) percaya bahawa individu biasanya akan meletakkan penilaian atau pertimbangan yang tidak sama kepada kriteria-kriteria itu. Setiap individu pastinya mempunyai kriteria tersendiri tentang apa yang dikatakan sebagai kehidupan yang baik. Pada setiap aspek-aspek kehidupan mereka, seperti kerjaya, keluarga, perhubungan dan sebagainya, standard mengenai kejayaan dalam aspek-aspek tersebut adalah berbeza. Oleh sebab itu, menurut Diener (1984), adalah penting untuk menganalisa penilaian global seseorang terhadap kehidupannya, daripada menilai kepuasan mereka dalam domain yang spesifik.

Skala yang dibangunkan oleh Diener dan Pavot (1993) hanya mengandungi 5 pernyataan sahaja. Responden diminta untuk menandakan kadar daripada 1 (sangat tidak setuju) hingga 7 (sangat setuju) kepada item yang dikemukakan. Penilaian ini hanyalah berbentuk pernyataan umum mengenai kepuasan hidup responden, seperti: “Saya berpuas hati dengan kehidupan saya”, “Keadaan hidup saya cemerlang” , “Setakat ini, saya telah mencapai apa yang saya inginkan dalam hidup” dan sebagainya. Diener, Inglehart dan Tay (2013) percaya bahawa manusia mempunyai pelbagai perspektif dan cara hidup. Justeru, kepuasan hidup tidak boleh dibahagikan mengikut komponen-komponen yang tertentu.

Pendekatan ini juga telah diguna pakai oleh Neugarten et al. (1961) dalam kajiannya tentang kepuasan hidup dalam kalangan warga tua. Neugarten telah menjalankan kajian di Kansas, Missouri dengan menemubual warga tua yang berumur 50 hingga 89 tahun. Tema-tema yang terhasil daripada temu bual tersebut telah menformulakan indeks kepuasan hidup (The Life Satisfaction Index) pada tahun 1961. Sebanyak 20 item telah dibangunkan pada mulanya dan dikenali sebagai LSI-A. Ia diuji dan dikemaskini beberapa kali oleh penyelidik lain. Indeks ini telah diguna pakai secara meluas untuk membantu ahli gerontologi dan ahli psikologi mengenal pasti tahap kesejahteraan serta kepuasan hidup warga tua. Ia mengandungi lima tema kepuasan hidup, iaitu; menikmati aktiviti seharian, menganggap hidup sebagai bermakna dan menerima kehidupan yang lepas, merasakan telah berjaya mencapai matlamat-matlamat hidup, mempunyai imej diri positif dan mengekalkan mood gembira dan optimis. Contoh item adalah: “Saya jangkakan banyak perkara-perkara baik dan menarik akan berlaku pada masa hadapan”.

Walau bagaimanapun, terdapat juga sebahagian kajian yang mengambil kira beberapa elemen kepuasan hidup untuk menilai tahap kepuasan hidup responden. Seperti contoh, kajian yang dijalankan oleh Ramachandran dan Radhika (2012) mengkaji status ekonomi dan kepuasan hidup dalam perspektif silang budaya. Pengkaji ini mengambil kira domain-domain tertentu, iaitu tret personaliti, hubungan sosial, keadaan ekonomi, persekitaran tempat tinggal, tahap kesihatan, aktiviti masa lapang dan pencapaian diri (Ramachandran & Radhika 2012). Semua domain ini dikaji dengan meminta responden menandakan tahap kepuasan mereka dalam setiap domain yang dikemukakan (berpuas hati, agak berpuas hati dan tidak berpuas hati). Skor kumulatif kepuasan hidup terhasil daripada skor-skor setiap domain tersebut.

Kepuasan hidup juga telah ditafsirkan dan diterangkan melalui empat domain utama iaitu aktiviti seharian, hubungan sosial dan keluarga, kesihatan dan pendapatan (Kapteyn et al. 2009). Hubungan sosial dan keluarga didapati mempunyai kesan yang paling besar ke atas kepuasan hidup. Manakala pendapatan mempunyai kesan yang paling rendah. Walau bagaimanapun, penduduk daripada negara yang berlainan pastinya mempunyai persepsi yang berbeza tentang

nilai pendapatan yang boleh ditafsirkan sebagai satu kepuasan hidup. Hubungan sosial dan keluarga diuji dengan mengenal pasti sama ada responden telah berkahwin atau bujang, bilangan anak yang dimiliki, bilangan kawan-kawan dan bentuk hubungan dengan orang-orang yang penting dalam hidup (Kapteyn et al. 2009).

Sener (2011) turut mengukur kepuasan hidup dengan meneliti elemen-elemen tertentu. Beliau mencadangkan elemen perkahwinan, pekerjaan, kesihatan, anak-anak dan keseluruhan sebagai faktor-faktor yang perlu diambil kira untuk menentukan kepuasan hidup seseorang. Begitu juga Nichols (2009) yang menganalisis kepuasan hidup dengan menggunakan Indeks Kepuasan Hidup yang dibangunkan daripada *Ostomy Comprehensive Health and Life Assessment*. Ia mengandungi soalan yang menggunakan skala Likert untuk mengkaji kepuasan daripada segi kehidupan sosial, kehidupan berkeluarga, masa lapang, situasi kewangan dan kepuasan umum. Indeks yang dibangunkan ini telah dapat membantu pengkaji untuk mengenal pasti peratus responden yang tidak berpuas hati dengan aspek-aspek kehidupan tersebut, seterusnya memberi input tentang program-program yang perlu dijalankan.

## **KESIMPULAN**

Ringkasnya, kajian lepas telah meneroka makna kepuasan hidup di pelbagai negara. Makna kepuasan hidup didapati sangat berkait rapat dengan makna hidup yang dipegang seseorang. Ia juga berkait dengan apa yang dianggap penting dalam kehidupan seseorang, seperti wang, pendidikan, agama dan kesihatan. Makna kepuasan hidup berbeza mengikut peringkat umur yang dikaji. Dewasa pertengahan usia dan lanjut usia mentafsirkan kepuasan hidup lebih kepada elemen spiritual dan kekeluargaan. Manakala bagi golongan yang lebih muda, elemen wang dan pendidikan mungkin merupakan tumpuan mereka. Analisis literatur juga mendapati bahawa kepuasan hidup telah dinilai dengan mengukur kepuasan dalam domain-domain tertentu kehidupan atau mengukur secara umum. Ia bergantung kepada perspektif pengkaji mengenai kepuasan hidup. Justeru, konstruk kepuasan hidup adalah satu konstruk yang sangat dinamik dan sentiasa relevan untuk dikaji di pelbagai negara, dalam pelbagai peringkat usia dan konteks. Dapatan-dapatan terbaharu mengenai kepuasan hidup perlu disebarkan untuk memberi petunjuk kepada tahap kesejahteraan manusia secara umumnya, kualiti hidup dan pencapaian atau kemajuan sesebuah negara.

## **RUJUKAN**

- Adams, G.A., King, L.A., & King, D.W. (1996). Relationship of job and family involvement, family social support, and work-family conflict with job and life satisfaction. *Journal of Applied Psychology* 81 (4): 411-420.
- Allardt, E. (2003). Having, Loving, Being: An alternative to the Swedish model of welfare research. Chapter in Book. *The Quality of Life*. UK: Oxford University Press.
- Bailey, T., Eng, W., Frisch, M. & Snyder, C.R. (2007). Hope and optimism as related to life satisfaction. *Journal of Positive Psychology* 2 (3): 168-179.
- Becchetti, L. & Pelloni, A. (2011). *What Are We Learning from the Life Satisfaction Literature?* Working paper, University of Rome Tor Vergata.

- Berg, A.I., Hoffman, L., Hassing, L.B., McClearn, G.E., & Johansson, B. (2009). What matters, and what matters most, for change in life satisfaction in the oldest-old? A study over 6 years among individuals 80+. *Aging and Mental Health* 13 (2): 191-201.
- Buetell, N. (2006). Life satisfaction, a Sloan Work and Family Encyclopedia entry. Work and Family Researchers Network. Retrieved from <https://workfamily.sas.upenn.edu/glossary/l/life-satisfaction-definition>
- Borg, C. Hallberg, I.R., & Blomqvist, K. (2005). Life satisfaction among older people with reduced self-care capacity: The relationship to social, health, and financial aspects. *Journal of Clinical Nursing* 15: 607-618.
- Chipperfield, J.G., & Havens, B. (2001). Gender differences in the relationships between marital status transitions and life satisfaction in later life. *Journal of Marriage and the Family* 12 (3): 176-186.
- Corbett, L. (2012). *Successful aging: Some Jungian contributions to development in later life*. Paper presented at Symposium at the Library of Congress, Washington, June 2012.
- Diener E. 1984. Subjective well-being. *Psychological Bulletin* 95 (3): 542-575.
- Diener, E., Inglehart, R. F., & Tay, L. (2013). Theory and validity of life satisfaction scales. *Social Indicators Research*, 112, 497-527. doi:10.1007/s11205-012-0076-y
- Diener, E., & Pavot, W. (1993). Review of the Satisfaction with Life Scale. Retrieved from [http://www.ksbe.edu/\\_assets/spi/pdfs/survey\\_toolkit/other\\_samples/pavot\\_diener.pdf](http://www.ksbe.edu/_assets/spi/pdfs/survey_toolkit/other_samples/pavot_diener.pdf)
- Easterlin, R.A., Morgan, R., Switek, M. & Fei, W. (2012). China's Life Satisfaction. *Proceeding of the National Academy of Sciences of the United States of America* 109 (25): 9775-9780.
- Ellison, C. G., Gay, D. A., & Glass, T. A. (1989). Does religious commitment contribute to individual life satisfaction? *Social Forces*, 68, 100-123.
- Fave, A.D., Brdar, I., Wissing, M.P., & Vella-Brodrick, D.A. (2013). Sources and motives for personal meaning in adulthood. *Journal of Positive Psychology* 8 (6): 517-529.
- Gee, E. M. & Veevers, J.E. (1990). Religious involvement and life satisfaction in Canada. *Sociological Analysis* 51: 387-394.
- Georgellis, Y., Tsitsianis, N., & Yin, Y.P. (2009). Personal values as mitigating factors in link between income and life satisfaction: Evidence from the European Social Survey. *Social Indicator Research* 91(3): 329-344.
- Georgellis, Y., Tsitsianis, N., & Yin, Y.P. (2009). Personal values as mitigating factors in link between income and life satisfaction: Evidence from the European Social Survey. *Social Indicator Research* 91(3): 329-344.
- Guzman, A.B. (2012). Correlates of geriatric loneliness in Philippine nursing homes: A multiple regression model. *Educational Gerontology* 38: 563-575.
- Hairunnizam, W., Sanep, A. & Radiah, A.K. (2010). *Pengaruh Faktor Keagamaan Terhadap Kualiti Hidup Individu: Kajian Kes Asnaf Fakir dan Miskin*. Seminar Kebangsaan MACFEA ke-14: Hala Tuju Penyelidikan Kepenggunaan. 13-14 Julai 2010.
- Hasnain, N., Ansari, S.A., & Sethi, S. (2011). Life satisfaction and self-esteem in married and unmarried working women. *Journal of The Indian Academy of Applied Psychology* 37 (2): 316-319.
- Hasnain, S.F., & Fatima, I. (2012). Perfectionism, loneliness, and life satisfaction in Engineering students. *Journal of Behavioral Sciences* 22 (3): 33-48.
- Helliwell, J., Layard, R., & Sachs, J. (2017). World Happiness Report 2017. New York, NY, US: Sustainable Development Solutions Network.

- Ho, M. Y., Cheung, F. M., & Cheung, S. F. (2010). The role of meaning in life and optimism in promoting well-being. *Personality and Individual Differences* 48: 658-663.
- Hutchinson, G., Simeon, D.T., Bain, B.C., Wyatt, G.E., Tucker, M.B. & Lefranc, E. (2004). Social and Health determinants of well-being and life satisfaction in Jamaica. *International Journal of Social Psychiatry* 50 (1): 43-53.
- Jan, M. & Masood, T. (2008). An assessment of life satisfaction among women. *Extension and Communication* 2 (1): 33-42.
- Jessica, K.M., Johnson, M., Pitt, E.B., Smyer, M. & Matz-Costa, C. (2008). Quality of employment and life satisfaction: A relationship that matters for older workers. *Workplace Flexibility*. The Center on Aging and Work.
- Kapteyn, A., Smith, J.P., & Soest, A.V. (2009). *Life Satisfaction*. Discussion paper no. 4015. IZA, The Netherlands
- Kong, F. & You, X. (2013). Loneliness and self-esteem as mediators between social support and life satisfaction in late adolescence. *Social Indicator Research* 110: 271-279.
- Kooshair, H., Nurizan, Y., Tengku Aizan, H., & Asnarulkhadi, A.S. (2014). Gender as a moderator of the relation among social support functions and life satisfaction in older Malaysians. *Journal of Women and Aging* 26: 22-38.
- Leung, B. W. C, Moneta, G.B., & Chang, C.M. (2005). Think positively and feel positively: Optimism and life satisfaction in late life. *International Journal of Aging and Human Development* 61 (4): 335-365.
- Liu, L. (2006). Quality of life as a social representation in China: A qualitative study. *Social Indicator Research*. 75: 217-240.
- Macmillan, K. (2012). *Gerontological views of productive and vibrant aging*. Jung and Aging. Proceeding of Symposium at the Library of Congress, Washington, D.C., 28 March, 2012.
- Mahanta, D. & Aggarwal, M. (2013). Effect of perceived social support on life satisfaction of university students. *European Academic Research* 1 (6): 1083-1094.
- Maslow, A. H. 1970. *Motivation and Personality*. New York: Harper & Row.
- Meeks, S. & Murrell, S.A. (2001). Contribution of education to health and life satisfaction in older adults mediated by negative effect. *Journal of Aging Health* 13 (1): 92-119.
- Meulemann, H. (2001). Life satisfaction from late adolescence to mid-life. *Journal of Happiness Studies* 2: 445-465.
- NATSEM. (2010). The Pursuit of Happiness: Life Satisfaction in Australia. *NATSEM Income and Wealth Report* 26, University of Canberra.
- Neugarten, B.L., Havighurst, R.J. & Tobin, S.S. (1961). The measurement of life satisfaction. *Journal of Gerontology* 16: 134-143.
- Nichols, T. (2009). Social Isolation: The Association between Low Life Satisfaction and Social Connectivity. Paper presented at WOCN Society 41<sup>st</sup> Annual Conference, June 6-10, 2009.
- Nor Hafizah, M.H. & Hazizan, M.N. (2012). Subjective life satisfaction among urban Malay civil servants in Malaysia: A qualitative study. *International Journal of Social Sciences and Humanity Studies* 4 (1): 295-303.
- Praag, B.M.S., Romanov, D., & Carbonell, A.F. (2010). *Happiness and Financial Satisfaction in Israel; Effects of Religiosity, Ethnicity, and War*. Unpublished manuscript.
- Ramachandran, R., and Radhika, R. (2012). Socioeconomic status and life satisfaction in cross cultural perspective: The elderly in Japan and India. *International Journal of Humanities and Social Science* 2 (16): 285- 297.

- Redelmeier, D., & Kahneman, D. (1996). Patients' memories of painful medical treatments: Real time and retrospective evaluations of two minimally invasive procedures. *Pain* 116: 3-8.
- Rogers, C.R. (1951). *Client-centered Therapy: Its Current Practice, Implications, and Theory*. Boston: Houghton Mifflin.
- Ryff, C.D., & Singer, B. (1998). The contours of positive human health. *Psychological Inquiry* 9: 1-28.
- Salinas-Jiménez, M., Artés, J., & Salinas-Jiménez, J. (2011). Education as a positional good: A life satisfaction approach. *Social Indicator Research*, 103, 409-426. doi:10.1007/s11205-010-9709-1
- Santos, M.C.J., Oguan, F., Magramo, C., & Paat, J. (2012). Meaning in life and subjective well-being. *Journal of Arts, Science, & Commerce* 4 (1): 32-40.
- Sener, A. (2011). Emotional support exchange and life satisfaction. *International Journal of Humanities and Social Science* 1(2): 79-88.
- Shigehiro, O. & Ed, D. (2014). Residents in poor nations have a greater sense of meaning in life than residents of wealthy nations. *Psychological Science* 25 (2): 422-430.
- Siti Marziah Zakaria, Nor Ba'yah Abdul Kadir & Nasrudin Subhi (2017). Selarikhah Makna Kepuasan Hidup daripada Perspektif Wanita Pertengahan Usia Bekerjaya di Hulu Langat dengan Perspektif Islam? *Akademika* 87 (2): 119-131.
- Song, L. & Appleton, S. (2008). Life satisfaction in Urban China: Components and determinants. *World Development* 36 (11): 2325-2340.
- Song, Y. I. (1992). Life satisfaction of the Korean-American elderly from a socio-psychological analysis. *Journal of Population and Development* 21 (2): 225-241.
- Strine, T. W., Chapman, D. P., Balluz, L. S., Moriarty, D. G., & Mokdad, A. H. (2008). The associations between life satisfaction and health-related quality of life, chronic illness, and health behaviors among U.S. community-dwelling adults. *Journal of Community Health*, 33, 40-50. doi:10.1007/s10900-007-9066-4
- Tariq, Q. (2012). Impact of financial stress on life satisfaction. *Asian Journal of Social Sciences and Humanities* 1 (3): 139-148.
- Wan Edura, W.R., Mohammad Sahari, N., & Azura, O., & Izhairi, I. (2011). Social support, work family enrichment and life satisfaction among married nurses in Health Science. *International Journal of Social Science and Humanity* 1 (2): 150-155.
- Veenhoven, R. (1996). The study of life satisfaction. In W. E. Saris, R. Veenhoven, A. C. Scherpenzeel, & B. Bunting (Eds.) *A Comparative Study of Satisfaction with Life in Europe* (pp. 11-48). Budapest, Hungary: Eötvös University Press.
- Yamawaki, N., Nelson, J.A.P., & Omori, M. (2011). Self-esteem and life satisfaction as mediators between parental bonding and psychological well-being in Japanese Young adults. *International Journal of Psychology and Counseling* 3 (1): 1-8.
- Zhang, S., Erping, W., & Chen, Y. (2011). Relative deprivation based on occupation: An effective predictor of Chinese life satisfaction. *Asian Journal of Social Psychology* 14: 148-158.