

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Setiap orang menginginkan kesejahteraan didalam hidupnya, bahkan Aristoteles (dalam Ningsih, 2013) menyebutkan bahwa kesejahteraan merupakan tujuan utama dari eksistensi hidup manusia. Setiap orang juga memiliki harapan-harapan yang ingin dicapai guna pemenuhan kepuasan dalam kehidupannya. Kesejahteraan dan kepuasan dalam hidup merupakan bagian dari konsep kesejahteraan subjektif yang mencakup aspek afektif dan kognitif manusia. Konsep kesejahteraan (*well-being*) mempunyai arti yang hampir sama dengan konsep kebahagiaan (*happiness*). Kebahagiaan sepertinya juga merupakan dambaan setiap orang dan biasanya menjadi tujuan hidup dari seseorang. Dan pada penelitian ini yang digunakan adalah kesejahteraan subjektif.

Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 39 Tahun 2012 disebutkan bahwa kesejahteraan sosial adalah kondisi terpenuhinya kebutuhan material, spiritual, dan sosial warga negara agar dapat hidup layak dan mampu mengembangkan diri, sehingga dapat melaksanakan fungsi sosialnya. Dari peraturan tersebut harapannya semua warga Negara bisa mendapatkan kesejahteraan pribadi atau subjektifnya masing-masing.

Utami (2009) menyebutkan seseorang yang memiliki kesejahteraan subjektif yang tinggi menyatakan bahwa dirinya mengalami kepuasan hidup dan mengalami kegembiraan lebih sering, dan jarang mengalami emosi yang tidak

menyenangkan, seperti kesedihan dan kemarahan. Sebaliknya, seseorang yang memiliki kesejahteraan subjektif yang rendah menyatakan diri bahwa merasa tidak puas dengan hidupnya, mengalami sedikit afeksi dan kegembiraan, dan lebih sering mengalami emosi negatif seperti kemarahan atau kecemasan.

Individu yang memiliki kesejahteraan subyektif tinggi, ternyata merasa bahagia dan senang dengan teman dekat dan keluarga. Individu tersebut juga kreatif, optimis, kerja keras, tidak mudah putus asa, dan tersenyum lebih banyak daripada individu yang menyebut dirinya tidak bahagia (Argyle, dalam Nurhidayah & Rini 2012). Individu yang bahagia cenderung tidak memikirkan diri sendiri, tidak memiliki banyak musuh, akrab dengan individu lain, dan lebih suka menolong (Myers, dalam Nurhidayah & Rini 2012).

Menurut Diener dan Pavot (Ningsih, 2013) kesejahteraan subjektif (*Subjective Well-Being*) merupakan istilah yang digunakan untuk mewadahi fenomena yang menyangkut respon emosional, domain kepuasan dan penilaian global atas kepuasan hidup. Selanjutnya Diener *et al.* (dalam Ningsih, 2013) mengartikan kesejahteraan subjektif sebagai penilaian pribadi individu mengenai hidupnya, bukan berdasarkan penilaian dari ahli, termasuk di dalamnya mengenai kepuasan (baik secara umum, maupun pada aspek spesifik), afek yang menyenangkan dan rendahnya tingkat afek yang tidak menyenangkan. Hal tersebut yang kemudian oleh Diener dijadikan sebagai komponen-komponen spesifik yang dapat menentukan tingkat kesejahteraan seseorang. Komponen-komponen tersebut yaitu, emosi yang menyenangkan, emosi yang tidak menyenangkan, kepuasan hidup secara global dan aspek-aspek kepuasan.

Menurut Park (dalam Nisfiannor, Rostiana dan Puspasari 2004) *subjective well-being* atau kebahagiaan (*happiness*) sudah sejak lama dianggap sebagai komponen inti dari hidup yang baik (*good of life*). Individu dengan level *subjective well-being* yang tinggi, pada umumnya memiliki sejumlah kualitas yang mengagumkan (Diener, Nisfiannor, 2004). Individu ini akan lebih mampu mengontrol emosinya dan menghadapi berbagai peristiwa dalam hidup dengan lebih baik. Sedangkan individu dengan *subjective well-being* yang rendah, memandang rendah hidupnya dan menganggap peristiwa yang terjadi sebagai hal yang tidak menyenangkan dan oleh sebab itu timbul emosi yang tidak menyenangkan seperti kecemasan, depresi dan kemarahan (Myers & Diener dalam Nisfiannor, 2004).

Sebagaimana pemaparan di atas bahwa setiap orang menginginkan hidupnya bahagia dan tidak terkecuali oleh seorang mahasiswa. Mahasiswa adalah remaja yang menuntut ilmu di perguruan tinggi. Masa mahasiswa ini merupakan masa yang penuh tantangan dan kesukaran, masa yang menuntut remaja menentukan sikap dan pilihan, masa yang menuntut kemampuan untuk menyesuaikan diri (Kartono dalam Mira, 2006).

Mahasiswa termasuk dalam usia remaja tetapi remaja yang masuk dalam tahap akhir dan menginjak ke dewasa awal berkisar pada usia 18-25 tahun. Piaget (dalam Ormrod, 2009) pada masa ini seorang individu berada di tahap operasional formal yaitu masa dimana seorang individu dapat memikirkan dan membayangkan konsep-konsep yang tidak berhubungan dengan realitas konkret dan realitas yang dapat diamati secara langsung. Hurlock (2007) tugas-tugas

seorang dewasa awal adalah sebagai berikut masa pengaturan, masa reproduksi, masa bermasalah, masa ketegangan sosial, masa komitmen, masa perubahan nilai, masa penyesuaian diri dengan cara hidup baru, dan masa kreatif.

Penelitian tentang kebahagiaan pada dewasa awal yang dilakukan oleh Henny E. Irawan pada 367 mahasiswa yang berusia antara 20-39 tahun yang terdiri dari 119 laki-laki dan 248 perempuan, didapatkan hasil bahwa laki-laki memaknai kebahagiaan sebagai hal yang dapat memuaskan kebutuhannya serta dapat mencapai hal-hal yang di inginkan. Laki-laki tidak terlalu memaknai kebahagiaan sebagai hal yang bersifat sosial, yaitu situasi ketika mereka dapat berhubungan dengan orang lain dan lingkungan, namun mereka lebih berpusat pada dirinya dan kepuasan akan pencapaiannya sendiri, bukan kepuasan orang lain.

Perempuan juga memaknai kebahagiaan sebagai hal yang ditujukan untuk dirinya sendiri, serta menelaah setiap kejadian dari berbagai sisi, termasuk menarik sisi positif dari setiap kejadian negatife yang dialami. Perempuan juga tidak memandang dari segi sosial dalam pemaknaan intinya, sebab mereka masih lebih mementingkan kebutuhannya sendiri dibandingkan kebutuhan orang lain. Namun dalam hal pemaknaan kebahagiaan, perempuan lebih dapat memaknainya dari segi spiritual dibandingkan laki-laki, yang disebabkan oleh perempuan lebih mementingkan perasaan dibandingkan laki-laki.

Penelitian lain tentang kesejahteraan subjektif dilakukan oleh peneliti di Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta pada bulan Februari 2014. Dari pengambilan data awal yang sudah dilakukan pada 129 mahasiswa yang terdiri dari 36 laki-laki dan 93 perempuan yang berusia antara 19-25 tahun.

Adapun cara pengambilan data awal dengan membagikan angket terbuka yang menanyakan tentang kesejahteraan subjektif. Kemudian dari jawaban subjek, subjek merasa sejahtera ketika keinginan subjek terpenuhi, kebutuhan subjek terpenuhi, hidup damai, nyaman, tentram, dapat mensyukuri dengan yang subjek telah miliki, hidup mandiri, dekat dengan keluarga, ketika kaya (punya uang) dan dapat berguna bagi orang lain/kebermaknaan hidup. Beberapa jawaban di atas dapat di prosentasekan sebagaimana yang dapat dilihat ditabel dibawah ini :

Tabel 1. Kesejahteraan Subjektif Mahasiswa Psikologi UMS

NO	Kategori	Jumlah	Prosentase
1	Keinginan terpenuhi	39	30.2
2	Kebutuhan terpenuhi	34	26.3
3	Damai, tentram, nyaman, tentram	21	16.3
4	Bersyukur	11	8.6
5	Mandiri	8	6.2
6	Dekat keluarga dan teman	8	6.2
7	Kaya (punya uang)	6	4.6
8	Kebermaknaan hidup	2	1.6
	Total	129	100

Lebih dari 26 persen kesejahteraan subjektif dikaitkan dengan terpenuhinya kebutuhan. Kemudian 30,2 persen menyebutkan kesejahteraan subjektif tercapai jika keinginan terpenuhi, 16,3 persen jika damai, 8,6 persen jika dapat bersyukur dengan yang diberikan Alloh, 6,2 persen jika sudah mandiri dan dekat dengan keluarga, 4,6 persen jika sudah kaya dan 1,6 persen kesejahteraan subjektif ketika hidupnya dapat bermakna bagi orang lain.

Berdasarkan data tersebut mayoritas responden menyebutkan kesejahteraan subjektif mengacu pada hal-hal nyata dan emosional yang dapat dilihat secara langsung. Padahal harapannya seorang mahasiswa dapat berfikir secara lebih mendalam, tidak hanya berdasarkan apa yang diamati saja dan mengartikan

tentang kesejahteraan berdasarkan konsep *eudaimonia*. Konsep ini mengartikan bahwa kesejahteraan subjektif tidak hanya bersumber dari emosional semata melainkan sesuatu yang lebih bersifat kompleks. Konsep *eudaimonia* menyebutkan bahwa kesejahteraan subjektif adalah bagaimana seseorang dapat berguna bagi orang lain, berbuat mulia, dan bisa mengembangkan potensi dasar manusia yang tujuan akhirnya menjadi orang yang berbudi dalam kehidupannya. Konsep ini juga mengartikan kesejahteraan bersumber pada kehidupan spiritual seorang individu. Konsep *eudaimonia* mengajak manusia untuk hidup selaras dengan diri yang sebenarnya (Abdulah dan Zainal, 2006).

Kesejahteraan subjektif mempunyai beberapa faktor yang mempengaruhi yaitu faktor genetik, kepribadian, faktor demografis, hubungan sosial, dukungan sosial, masyarakat atau budaya, proses kognitif dan tujuan (*goals*). Dalam hal ini faktor dukungan sosial menjadi salah satu faktor yang diteliti seberapa besar peranannya dalam menentukan kesejahteraan subjektif. Menurut Sarason (dalam Latifah, 2012) bahwa dukungan sosial adalah keberadaan, kesediaan, kepedulian dari orang-orang yang dapat diandalkan, menghargai dan menyayangi kita. Sarason berpendapat bahwa dukungan sosial itu mencakup dua hal yaitu jumlah sumber dukungan sosial yang tersedia dan tingkatan kepuasan akan dukungan sosial yang diterima

Kemudian Sarason, Levine, dan Baasham (dalam Kirana, 2010) menambahkan bahwa dukungan sosial adalah transaksi interpersonal yang melibatkan salah satu faktor atau lebih dari karakteristik berikut ini : afeksi (ekspresi menyukai, mencintai, mengagumi dan menghormati), penegasan

(ekspresi persetujuan, penghargaan terhadap ketepatan, kebenaran dari beberapa tindak pernyataan, pandangan) dan bantuan (transaksi-transaksi dimana bantuan dan pertolongan dapat langsung diberikan seperti barang, uang, informasi dan waktu).

Berdasarkan pemaparan di atas dapat diambil rumusan masalah yang akan dijadikan landasan penelitian adalah apakah ada hubungan antara dukungan sosial dengan kesejahteraan subjektif pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta?

B. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial dengan kesejahteraan subjektif pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta

C. Manfaat Penelitian

Manfaat yang diperoleh dalam penelitian ini adalah :

1. Bagi Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta harapannya dapat memberikan informasi dan sumbangan ilmu pengetahuan kepada fakultas psikologi untuk mengembangkan pengetahuan yang berkaitan dengan kesejahteraan subektif dan dukungan sosial.
2. Bagi subjek, memberikan informasi tentang kesejahteraan subjektif pada mahasiswa.

3. Bagi peneliti lain, diharapkan penelitian ini dapat memberikan dan memperkaya kerangka pemikiran bagi penelitian yang sejenis.