

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Semua orang menginginkan kebahagiaan dalam hidupnya. Aristoteles (dalam Bertens, 2004) menyebutkan bahwa kebahagiaan merupakan tujuan utama dari eksistensi manusia di dunia. Kebahagiaan itu sendiri dapat dicapai dengan terpenuhinya kebutuhan hidup dan ada banyak cara yang ditempuh oleh masing-masing individu. Orang bekerja untuk memperoleh penghasilan dan pencapaian karier. Orang berkeluarga untuk memenuhi kebutuhan akan cinta dan kasih sayang. Begitu pula orang belajar untuk memenuhi kebutuhan akan ilmu pengetahuan. Semua kegiatan tersebut dilakukan untuk memperoleh satu tujuan, yaitu kebahagiaan.

Demikian pula yang dialami oleh remaja, bahwa remaja juga ingin bisa hidup bahagia, jauh dari segala masalah. Remaja yang tidak bahagia atau mengalami kesepian cenderung akan mengalami depresi. Rasa bahagia itu sendiri akan dapat dirasakan dan diraih oleh individu apabila individu tersebut mampu merasakan kenikmatan, namun kemampuan merasakan kenikmatan akan tumbuh apabila ada rasa syukur. Sehingga apabila individu tidak mempunyai rasa syukur maka segala hal yang diperoleh akan dirasakan selalu kurang dan hal itulah yang menyebabkan individu tidak dapat merasakan kebahagiaan. Dengan kata kebahagiaan merupakan kesiapan diri untuk menerima keadaan sebagaimana

adanya, sedangkan individu yang paling tidak bahagia adalah individu yang tidak bisa menerima kenyataan yang ada pada dirinya (Sabil, 2013).

Kebahagiaan menurut Melwani (2011) adalah sebuah emosi, semacam perasaan mendalam yang membuat seseorang merasa senang dan nyaman. Kebahagiaan menciptakan kegairahan dan membangun energi yang positif. Sehingga dari energi positif tersebut diharapkan remaja dapat tumbuh dan berkembang secara sehat jasmani serta rohaninya.

Menurut Seligman (2002) kebahagiaan adalah mengalami emosi positif tentang kepuasan akan masa lalu, optimistis akan masa depan, kebahagiaan pada masa sekarang dan kebahagiaan merupakan faktor yang memanjangkan usia, juga meningkatkan kesehatan. Menurut Cohen (2004) bahwa kebahagiaan merupakan sebuah emosi yang positif atau perasaan yang dapat digambarkan dengan kata-kata seperti kesenangan, sebuah pemahaman pada kesejahteraan, kepuasan, dan lain sebagainya. Namun demikian menurut Gunarsa (2003) bahwa harapan agar semua remaja dapat bahagia tidaklah mudah karena masa remaja merupakan masa yang penuh pergolakan jiwa, mereka akan mudah terpengaruh, mudah emosional dan mengalami goncangan.

Seperti dikatakan oleh Santrock (2003), bahwa masa remaja merupakan masa krisis identitas dan mereka mengalami posisi yang ambigu. Hal yang demikian menyebabkan remaja menjadi tidak stabil, agresif, konflik antara sikap dan perilaku, kegoyahan emosional dan sensitif, terlalu cepat dan gegabah untuk mengambil tindakan yang ekstrim. Dari sifat remaja yang mudah mengalami kegoyahan emosional tersebut menyebabkan remaja tidak mudah untuk

mempertahankan emosinya yang positif sehingga sebagian besar kurang dapat mempertahankan rasa syukur, dan dimasa yang penuh krisis identitas tersebut menyebabkan remaja kadangkala kurang dapat menerima kenyataan yang ada pada dirinya yang menyebabkan remaja merasa kurang bahagia.

Penelitian yang dilakukan oleh Fajarwati (dalam Pramesti, 2011) membuktikan bahwa remaja memiliki kecemasan, khawatir terhadap masa depan, kelanjutan studi dan reaksi-reaksi dari orang lain, berada dalam kesedihan masa sendiri dan terasing dari kehidupan luar, serta yang lebih parah yakni mengalami depresi. Selain itu, remaja yang tidak bahagia akan merasa kesepian dan yang pada akhirnya akan menjurus ke penyimpangan perilaku seperti lari ke minuman keras serta bunuh diri (Bell dan Wenz dalam Cheng dan Furnham, 2002).

Women's Health Weekly dari Kanada melaporkan, "Dua puluh lima persen gadis berusia 16 hingga 19 tahun akan mengalami serangan depresi yang serius." yang menyerang baik anak perempuan maupun anak laki-laki. Menurut *U.S. News & World Report*, setiap tahun sebanyak lima ribu anak muda bunuh diri hanya karena mengalami depresi dan merasa kurang bahagia (Naomi, 2005).

Demikian juga yang terjadi di kalangan remaja yang baru menginjak tahun-tahun pertama bangku kuliah, bahwa remaja yang sudah berstatus mahasiswa tersebut ada sebagian yang kurang merasakan kebahagiaan, dimana mereka harus beradaptasi dengan lingkungan yang baru, sehingga apabila kurang mampu beradaptasi maka remaja sebagai mahasiswa baru tersebut akan

merasakan kesedihan terutama kalau sulit dalam mencari teman dan sahabat yang baru.

Oleh karena itu penting kiranya untuk mencari faktor-faktor yang membuat remaja dapat merasakan kebahagiaan, dan salah satu faktor yang menentukan kebahagiaan seseorang menurut Argyle (1987) adalah persahabatan. Persahabatan dengan teman sebaya didapati memainkan peran penting pada masa remaja, terutama dalam hal memberikan dukungan sosial dan dalam rangka berbagi serta kebersamaan aktivitas. Ditambahkan oleh Berndt (2002) bahwa persahabatan yang terjadi sejak kanak-kanak hingga remaja berkembang dari permainan dan aktivitas yang sama-sama diminati, dari saling berbagi perasaan, emosi serta keterbukaan diri.

Kurt (dalam Ahmadi, 1991) mengemukakan bahwa persahabatan adalah hubungan pribadi yang akrab atau intim yang melibatkan setiap individu sebagai suatu kesatuan; sedangkan hubungan pertemanan merupakan hasil dari suatu hubungan formal dan suatu tingkat permulaan dalam perkembangan kearah persahabatan.

Lianawati (2000) menyatakan bahwa salah satu bentuk hubungan yang dapat memenuhi kebutuhan afiliasi adalah persahabatan. Kata persahabatan sering digunakan untuk menggambarkan hubungan interpersonal yang berbeda-beda, mencangkup hubungan yang tidak mendalam sampai dengan hubungan yang disertai keintiman. Hal ini disebabkan persahabatan bagi setiap orang memiliki ciri tersendiri, baik dalam bentuk maupun derajat keintiman. Persahabatan

khususnya menjadi penting dalam masyarakat modern dimana hubungan kekerabatan cenderung tidak terlalu erat.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Cheng dan Furnham (2002) ditemukan bahwa persahabatan dengan teman sebaya akan menjadi penting bagi kebahagiaan seorang remaja, karena remaja tersebut mendapatkan manfaat berupa dukungan sosial, berbagi dan menikmati permainan dan aktivitas yang sama-sama diminati serta mendapat umpan balik yang positif. Dalam studi tersebut juga ditemukan bahwa remaja perempuan lebih cenderung mempunyai hubungan persahabatan yang lebih baik dibandingkan dengan pria.

Berdasarkan uraian di atas, penulis memiliki harapan bahwa remaja dapat merasakan kebahagiaan. Oleh karena itu rumusan masalah yang diajukan oleh penulis adalah apakah ada hubungan antara persahabatan dengan kebahagiaan? Sehingga penulis merumuskan judul penelitian: “Hubungan Antara Persahabatan Dengan Kebahagiaan Pada Remaja”.

B. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui hubungan antara persahabatan dengan kebahagiaan.
2. Untuk mengetahui tingkat persahabatan subjek.
3. Untuk mengetahui tingkat kebahagiaan dari subjek.
4. Untuk mengetahui sumbangan efektif persahabatan terhadap kebahagiaan.

C. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi:

1. Mahasiswa UMS fakultas psikologi angkatan 2014, agar mampu menjadikan banyak teman sebagai sahabat sehingga dapat meningkatkan kebahagiaan remaja.
2. Bagi dosen, agar mampu mendorong para mahasiswa untuk membentuk persahabatan yang baik sehingga berdampak pula pada kebahagiaan mahasiswa.
3. Bagi peneliti lain, diharapkan dapat memberikan informasi dalam mengamati dan menganalisa kondisi dan fenomena yang terjadi terutama yang berkaitan dengan persahabatan dan kebahagiaan.