

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Saat ini tidak dapat dipungkiri bahwa kebahagiaan menjadi sesuatu yang ingin dimiliki oleh semua orang, baik oleh kaum laki-laki maupun perempuan, tua muda, remaja ataupun dewasa. Jika ditanya tentang tujuan hidupnya, kebahagiaan mungkin akan menjadi jawaban bagi mayoritas orang. Berbagai upaya dilakukan oleh manusia untuk mencapai kondisi bahagia. Menurut Socrates, wujud nyata dari kehidupan manusia adalah bahagia. Bahagia adalah realisasi nyata bagi setiap orang, potensi kita dan setiap orang memiliki dasar untuk memperoleh kebahagiaan. Hal ini senada dengan pendapat Plato bahwa kebaikan tertinggi dan satu-satunya jalan untuk memiliki kebahagiaan adalah kebaikan (Cardak, 2013).

Salah satu topik yang paling berkembang dalam ranah Psikologi Positif adalah kesejahteraan psikologi atau yang lebih familiar disebut dengan istilah kebahagiaan, kajian sebagian besar dikembangkan oleh peneliti kebahagiaan Carol D. Ryff. Walaupun pada dasarnya bahagia berbeda dengan kesejahteraan psikologi karena menjelaskan atribut interpersonal yang berkaitan dengan adaptasi, aktualisasi diri dan pemberdayaan (Garcia, Al Nima, & Kjell, 2014). Oleh karenanya, kebahagiaan merupakan salah satu hal yang dicari oleh seluruh orang di dunia ini pada tiap harinya. Bahkan, kebahagiaan kerap kali menjadi salah satu tujuan kehidupan manusia di dunia.

Pada beberapa tahun belakangan ini semakin banyak penelitian yang dilakukan untuk mengetahui tingkat kebahagiaan penduduk negara-negara di dunia. Salah satu laporan yang diterbitkan oleh *the Sustainable Development Solutions Network* (SDSN) diperoleh data bahwa Indonesia menduduki peringkat 79 dari 157 negara di dunia. Penduduk Indonesia cenderung lebih bahagia dibanding penduduk di negara Filipina (82), Cina (83), bahkan India (118). Sementara negara-negara tetangga Indonesia menduduki peringkat yang lebih tinggi seperti Malaysia (47) dan Singapura (22). Jika ditilik dari data yang tersedia, terdapat peningkatan poin level kebahagiaan di Indonesia dari tahun 2005-2007 ke 2013-2015 sebanyak 0,295 poin. Berarti, dapat disimpulkan bahwa orang Indonesia sudah sedikit lebih [bahagia](#) dibanding tahun 2005-2007 (mardinata, 2016).

Biro Pusat Statistik (BPS) Indonesia melaporkan jumlah pengangguran pada bulan Agustus 2015 yaitu sebanyak 7,65 juta orang, bertambah 320 orang dibandingkan dengan periode yang sama tahun lalu 7,24 juta jiwa dimana ini menunjukkan kurang bagusnya perkembangan dan kemakmuran SDM di Indonesia. Padahal Carr (dalam Wijayanti & Nurwianti, 2010) menyatakan bahwa kebahagiaan akan lebih meningkat pada negara yang makmur.

Kebahagiaan ini penting dimiliki seseorang karena kesejahteraan psikologi diperlukan untuk memperbaiki keadaan kondisi mental seseorang. Seorang peneliti menemukan bahwa mayoritas orang dipengaruhi oleh masalah kesehatan mental. Penelitian menunjukkan bahwa ada tingkat depresi yang tinggi jika kepuasan hidup rendah (R & Jogsan, 2013). Penelitian lain dilakukan oleh

Fatemeh & Srimathi (2016) bahwa ada kaitan positif yang signifikan antara efikasi diri dan kesejahteraan psikologi. Penelitian ini juga menemukan tentang efikasi diri yang tinggi dan kesejahteraan psikologi yang tinggi memiliki hubungan positif yang apabila diaktifkan maka akan memiliki kemajuan dan produktifitas dalam bidang pendidikan. Yang perlu digaris bawahi adalah ranah pendidikannya, dan memusatkan guru sebagai elemen utama di ranah sosial pendidikan. oleh karenanya guru harus memperhatikan aspek psikologis dalam dirinya.

Ada banyak hal yang dapat membuat seseorang merasa bahagia. Hal-hal yang mempengaruhi kebahagiaan mungkin berbeda pada setiap orang. Satu hal yang dianggap sebagai sumber kebahagiaan bagi seorang individu, belum tentu menjadi sumber kebahagiaan bagi individu lain. Ryff (dalam Galuh & Utami, 2007) menyebutkan beberapa faktor yang mempengaruhi kebahagiaan seseorang adalah: latar belakang budaya, kelas ekonomi, tingkat ekonomi, tingkat pendidikan, dan kepribadian.

Dengan demikian, dapat dikatakan bahwa individu akan merasa bahagia jika memiliki : latar belakang budaya, kelas ekonomi, tingkat ekonomi, tingkat pendidikan, dan kepribadiannya dapat terpenuhi. Penelitian dari Indryawati (2014) menyatakan bahwa penghasilan memberi pengaruh yang cukup besar terhadap kesejahteraan psikologis kepada subjek. Sebaliknya jika hal-hal tersebut tidak dimiliki oleh seseorang, maka dia tidak akan merasakan kebahagiaan dalam hidupnya.

Ada sebagian orang yang tetap merasa bahagia dan kebutuhan psikologinya terpenuhi meskipun kondisi yang ada tidak seperti yang disebutkan diatas. Mereka berpenghasilan yang kecil serta intensitas kerjanya tinggi, memiliki tuntutan pekerjaan rumah tangga serta kesibukan mengasuh anak, namun tetap merasa bahagia. Diantara profesi yang menunjukkan tentang indikator tersebut adalah guru di pesantren sebagaimana digambarkan dalam data awal melalui wawancara terhadap ustadzah pondok pesantren di Jawa Tengah.

Subjek berinisial M (45 tahun), Beliau adalah seorang ibu rumah tangga dengan 6 orang anak, suami beliau telah meninggal sejak setahun yang lalu. Subjek masih mengajar walaupun ditengah kesibukan *single parent* nya. Berikut kutipan wawancara pribadi dengan subjek M,

“...kehidupan bagi saya tu sebagai tujuan ya ibadah sehingga jika melakukan apa saja walaupun kadang capek tapi karena didorong ibadah kan semua jadi saya ya gak papa...” (W2. M / 57-58).

Walaupun gaji yang didapat dari mengajar juga tidak seberapa namun hal tersebut masih dirasa cukup.

“saya juga ‘alhamdulillah bapak, walaupun gak ada’ kalau bapak saya kesini alhamdulillah kita sudah cukup, kita usaha cukup alhamdulillah dicukupi sama Allah...” (W1. M/ 262-263).

Subjek juga senang dengan lingkungan kerjanya saat ini,

“mungkin gatau saya memang senang anak gitu bahkan sebelum punya anak tu selalu pada suka dan cenderung senang sehingga anak-anak alhamdulillah..” (W1. M/178-179)

Kemudian proses wawancara kedua dilakukan kepada seorang ustadzah yang berinisial P. Subjek sudah mengajar di pondok sejak tahun 2005 yaitu selama kurang lebih 11 tahun. Subjek juga merasa bahagia dengan keadaan saat ini. seperti yang dikutip dalam wawancara.

“jadi yang kita punya seperti ini ya usaha untuk membahagiakan diri yang seperti ini jadi memang kalau merasa kurang pasti memang kurang terus, tapi kalau kita selagi ada kita bersyukur selalu apa yang kita miliki kita syukuri itu insyaAllah itu udah ada kebahagiaan tersendiri” (W1.P/196-199)

Berdasarkan kedua wawancara di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa kesejahteraan psikologi tidak selalu berkaitan dengan materi, bisa dengan hal lain seperti sikap positif menghadapi hidup, religiusitas dan kepuasan terhadap hidup. Hal ini sesuai dengan penelitian oleh Zeenat & Desmukh (2012) bahwasanya yang membuat kesejahteraan psikologi seseorang terpenuhi adalah dengan kuatnya religiusitas. Hal senada juga ditemukan pada penelitian yang dilakukan oleh (Galuh & Utami, 2007) tentang adanya hubungan positif antara religiusitas dan kepribadian yang tangguh dengan kesejahteraan psikologi pada korban gempa Jogja. Para korban gempa dalam penelitian ini masih mampu bertahan di tengah-tengah kondisi yang serba terbatas untuk kemudian bangkit kembali menata masa depannya. Pada masa krisis seperti itu, agama memiliki peran yang besar bagi individu sebagai strategi coping.

Penelitian lain oleh Patnani (2012) yang menemukan bahwa perempuan akan merasa bahagia jika mereka memiliki kendali dan kontrol terhadap dirinya sendiri. Dengan demikian mereka tidak akan mengalami keterpaksaan dalam hidup. Hal ini juga bisa dipahami mengingat kebebasan akan membuat seseorang merasa nyaman dan puas dengan hidupnya sendiri. Studi tentang kebahagiaan oleh Easterlin (dalam Rahayu, 2016) juga ditemukan adanya *paradox of happiness* atau *income paradox* yang dikenal dengan *Easterlin Paradox*, yaitu peningkatan pendapatan tidak mampu meningkatkan kesejahteraan atau kebahagiaan seseorang. Clark dkk. (2007) juga menemukan hal yang sama di

Amerka Serikat. Adanya Easterlin paradox menunjukkan ada faktor lain selain pendapatan (material) yang memengaruhi kebahagiaan manusia.

Berdasarkan uraian di atas maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana kesejahteraan psikologis ibu rumah tangga yang berprofesi sebagai guru di pesantren. Kesejahteraan psikologis yang dimaksud adalah perasaan seseorang terhadap kegiatan yang dilakukannya sehari-hari. Oleh karenanya, peneliti merumuskan masalah tentang “Bagaimana kesejahteraan psikologis ibu rumah tangga yang berprofesi guru di pesantren dan apa saja faktor kesejahteraan psikologisnya?”. Berdasarkan rumusan masalah tersebut penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Kesejahteraan Psikologi pada Ibu Rumah Tangga yang berprofesi sebagai guru di Pesantren”.

B. Tujuan Penelitian

Untuk menggali kesejahteraan psikologis ibu rumah tangga yang berprofesi sebagai di pesantren dan faktor-faktornya.

C. Manfaat penelitian

1. Bagi Guru pesantren, penelitian diharapkan dapat menjadi referensi untuk dapat mempertahankan atau meningkatkan kesejahteraan psikologi Ibu Rumah Tangga yang berprofesi sebagai Guru.
2. Bagi peneliti lain, hasil penelitian dapat dijadikan memberikan sumbangan pengetahuan atau sebagai referensi untuk penelitian sejenis.