

## **BAB 1**

### **PENDAHULUAN**

#### **1.1 Latar Belakang**

Kebahagiaan merupakan salah satu tujuan hidup manusia. Cara yang dilakukan manusia untuk mencapai kebahagiaan beragam, misalnya dengan berekreasi ke taman bermain, memiliki barang yang diinginkan sejak lama, bertemu dengan orang yang dicintai, memiliki binatang peliharaan. Perbedaan ini dapat menyebabkan makna kebahagiaan yang berbeda pula bagi setiap individu. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (2013) arti bahagia adalah keadaan atau perasaan senang dan tenteram (bebas dari segala yang menyusahkan). Sekarang kebahagiaan menjadi sesuatu yang dianggap penting di dunia psikologi.

Kebahagiaan merupakan muatan emosi dan aktivitas positif (Seligman, 2002), menjadi tujuan yang penting bagi kebanyakan orang (Lyubomirsky, Sheldon & Schkade, 2005). Orang yang bahagia akan menjadi lebih sehat, lebih sukses, dan lebih mudah bersosialisasi (Lyubomirsky, King, & Diener, dalam press). Penelitian mengenai kebahagiaan sudah dilakukan di berbagai belahan dunia, dan penelitian-penelitian tersebut menghasilkan berbagai macam cara untuk mendapatkan kebahagiaan. Holder, Coleman dan Wallace (2010) mengungkapkan bahwa semakin rohani seseorang, ia akan lebih bahagia. Sementara Heller dan Hadler (2004) mengungkapkan bahwa orang yang memiliki hubungan yang dekat dengan orang lain lebih bahagia dibandingkan dengan orang yang tidak memiliki hubungan yang dekat dengan orang lain. Dari hasil penelitian

yang dilakukan Duncan (2008), dapat disimpulkan kekayaan memiliki hubungan yang lemah dengan kebahagiaan. Di negara-negara maju tingkat kebahagiaan justru tidak terlalu tinggi, karena bukan kekayaan yang menjadi ukuran kebahagiaan (Duncan, 2008). Veenhoven (2008) melakukan penelitian mengenai kebahagiaan di berbagai belahan dunia, dan menyimpulkan bahwa kondisi yang membuat orang bahagia adalah jika tinggal di negara yang bebas, jika mendapat kedudukan tinggi, menikah, dan memiliki kepribadian ekstrovert. Veenhoven (2008) juga menyatakan bahwa kebahagiaan di setiap budaya bisa berbeda tergantung dari bagaimana standar kebahagiaan di budaya tersebut. Jadi menurut beberapa penelitian, kebahagiaan adalah sesuatu yang dapat dimiliki oleh setiap orang dan juga mempunyai makna berbeda bagi setiap orang.

Di Indonesia survei tentang kebahagiaan sudah dilakukan oleh Inglehart (2008) yang menyatakan bahwa Indonesia adalah negara yang bahagia. Negara bahagia menurut Inglehart (2008) tidak selalu negara yang memiliki pendapatan yang tinggi. Faktor utama dalam kebahagiaan adalah pembangunan ekonomi, demokratisasi dan kebebasan sosial, dan kepercayaan kepada Tuhan dan keluarga. Indonesia berada di benua Asia, tepatnya Asia Tenggara. Indonesia adalah negara kepulauan, yang terdiri dari berbagai macam kebudayaan yang tersebar dari Sabang sampai Merauke. Keragaman budaya itu menghasilkan berbagai macam pandangan hidup berbeda. Pandangan-pandangan hidup yang berbeda ini menghasilkan perbedaan arti dari kebahagiaan. Contohnya di budaya Batak Toba kebahagiaan diperoleh bila mendapatkan banyak keturunan terutama anak laki-laki (Vergouwen, 1986). Di budaya Jawa kebahagiaan diperoleh dari enam "sa":

*Sabutuhe* (sebutuhnya), *saperlune* (seperlunya), *sabenere* (sebenarnya), *samestine* (semestinya) dan *sakpenak'e* (sepantasnya). Dengan menjalani kehidupan enam "sa" tadi, diharapkan manusia tidak berlebihan, dan senantiasa menyikapi hidup ini dengan sewajarnya dan waspada; dengan begitu manusia akan menjadi lebih bahagia (Afthonul, 2012). Di dalam budaya Jawa terdapat salah satu peribahasa yang terkenal yaitu *mangan ora mangan sing penting ngumpul* yang berarti makan tidak makan yang penting berkumpul, dari artinya dapat dilihat bahwa di dalam budaya Jawa interaksi sosial dengan kerabat menjadi lebih penting dibandingkan makan. Di budaya Sunda kebahagiaan diperoleh dari hidup berkecukupan tidak berlebihan, menjaga dan memelihara alam, hidup tenang dan tenteram, mendapat kemuliaan, damai, merdeka dan mencapai kesempurnaan di akhirat (Ekadjati, 1987).

Bila dilihat dari gambaran kebahagiaan budaya di Indonesia di atas, dapat disimpulkan orang Indonesia akan bahagia ketika mereka dapat menjalin hubungan yang baik dengan orang-orang di sekitar mereka hal tersebut bisa dikaitkan dengan budaya di Indonesia yang masuk ke dalam budaya kolektivisme. Budaya kolektivisme adalah sekelompok masyarakat yang terintegrasi secara kuat dari lahir dan seterusnya di dalam sebuah kelompok, yang terus saling menjaga sepanjang hidupnya dengan kesetiaan yang tidak perlu diragukan lagi (Hofstede, 2005). Dari penelitian yang dilakukan Hofstede Indonesia mendapatkan nilai rendah dalam individualisme, yang berarti budaya di Indonesia adalah budaya kolektivisme. Di dalam budaya tersebut terdapat terdapat enkulturasi yaitu penanaman nilai-nilai sosial yang dilakukan oleh orang-orang di dalam budayanya

sendiri (Cavalli-Sforza, dalam Berry,2002). Tidak hanya enkulturasi, tetapi juga terjadi akulturasi. Akulturasi adalah fenomena bertemunya satu budaya dengan budaya yang lain, yang menghasilkan perubahan pada pola-pola asli di salah satu atau beberapa kelompok budaya tersebut (Redfield, Linton dan Herkovits, dalam Berry 2002). Di Indonesia akulturasi juga terjadi, era globalisasi yang menyebabkan kemajuan teknologi yang begitu pesat membuat akulturasi budaya semakin gencar.

Di Indonesia sekarang orang-orang semakin mengarah pada nilai-nilai individualisme dibandingkan dengan kolektivisme hal ini didapat dari hasil survei awal yang dilakukan peneliti pada mahasiswa di universitas X di kota Bandung untuk mengetahui gambaran mengenai hal-hal yang membuat mereka bahagia. Dari 10 orang mahasiswa, tujuh orang menyatakan bahwa mereka bahagia karena keluarga, dimana responden menyatakan hal tersebut dengan mengatakan bahwa responden bahagia pada saat berkumpul bersama keluarga, bermain dengan keluarga, melihat orangtua bahagia, keluarga diberi kesehatan dan membuat orangtua bangga. Sementara tiga orang yang lain menyatakan hal-hal yang membuat mereka bahagia adalah *shopping*, tidur, makan. Dari hasil diatas terlihat hal yang menarik, *shopping*, tidur, dan makan menjadi salah satu hal yang membuat mahasiswa bahagia, padahal hal tersebut menekankan pada kepuasan individu bukan kelompok. Peneliti juga mencoba membandingkan hasil tersebut dengan melakukan survei pada 10 orang yang lebih tua (30 tahun keatas) hasilnya mereka semua bahagia jika melihat keluarga sehat, dapat berkumpul dengan keluarga, anak, suami atau istri. Dari sini dapat dilihat adanya perbedaan yang

cukup signifikan dimana orang yang lebih tua lebih mengarah kepuasan kelompok dibandingkan dengan individu.

Penelitian-penelitian yang dilakukan oleh para ahli mengenai teori-teori dalam ilmu psikologi telah menghasilkan suatu pandangan baru bahwa teori-teori psikologi tidak dapat digunakan di semua tempat di dunia. Faktor-faktor seperti kebudayaan dapat berpengaruh dan membuat alat ukur atau teori-teori psikologi menjadi tidak valid dan tidak dapat digunakan (Kim, 2006). Begitu juga dengan teori-teori psikologi mengenai kebahagiaan, kebanyakan teori yang dibuat berasal dari negara-negara barat seperti Martin E. P Seligman dari Pennsylvania, Amerika, Sonja Lyubomirsky dari California dan Ruut Veenhoven dari Rotterdam, Belanda.

Menurut para ahli, teori psikologi tidak dapat diterapkan di semua kebudayaan karena batasan budaya (*culture-bound*) dan nilai-nilai daerah (*value-laden*) yang kuat mewarnai kehidupan psikologis individu (Enriquez, 1993; Kim & Berry, 1993; Koch & Leary, 1985; Shweder, 1991, dalam Kim et al, 2006). Kebudayaan berperan penting dalam kehidupan individu-individu yang berada di kebudayaan tersebut. Kebudayaan menyumbang besar pada perkembangan kepribadian seseorang, karena orang tersebut tinggal dan belajar dari kebudayaan yang berada di sekitarnya. Menurut Kim (2006) banyak peneliti psikologi yang mayoritas berasal dari Asia Timur yang belajar di Eropa atau Amerika mendapat kesulitan menerapkan teori-teori yang sudah mereka pelajari. Berangkat dari kritik tersebut, Kim dan Berry (2006) membuat sebuah pendekatan baru yaitu *indigenous psychology*. Kim dan Berry mendefinisikan *Indigenous*

*psychology* sebagai studi ilmiah mengenai perilaku atau pikiran manusia lokal, yang tidak dipengaruhi oleh daerah lain, dan dirancang khusus untuk masyarakat tersebut. Kim dan Berry (2006) membuat pendekatan *indigenous psychology* ini untuk membuat ilmu pengetahuan yang teliti, universal, dan sistematis yang dapat dikukuhkan secara teoretis ataupun empiris.

Penelitian dengan pendekatan *indigenous psychology* sudah dilakukan oleh Uchida, Norasakkunkit dan Kitayama (2004). Penelitian yang dilakukan berkaitan dengan kebahagiaan. Penelitian tersebut menyatakan terdapat perbedaan makna kebahagiaan antara kebudayaan di Eropa dan Amerika dengan di Asia Timur. Kebudayaan Eropa dan Amerika lebih menekankan pada pencapaian prestasi pribadi, sementara kebudayaan Asia Timur lebih menekankan pada relasi interpersonal. Dari hasil penelitian Uchida dkk. dapat dilihat dengan jelas perbedaan makna kebahagiaan di kebudayaan Eropa Amerika atau yang biasa disebut dengan kebudayaan Barat (Individualisme) dengan kebudayaan di Asia Timur (Kolektivisme).

Di Indonesia, penelitian tentang kebahagiaan yang menggunakan pendekatan *Indigenous Psychology* sudah dilakukan. Salah satu penelitian tersebut dilakukan oleh Primasari dan Yuniarti (2012) di budaya Jawa di kota Yogyakarta mengenai apa yang membuat remaja bahagia. Primasari dan Yuniarti (2012) menemukan kebahagiaan pada remaja budaya Jawa di kota Yogyakarta terletak pada hubungan *interpersonal*, *self-fulfillment* dan *relations with God*.

Bila mengacu pada teori *indigenous psychology*, hal-hal yang membuat seseorang bahagia di budaya Jawa akan berbeda dengan hal-hal kebahagiaan di

Indonesia, ditambah lagi dengan kemungkinan-kemungkinan adanya akulturasi pada budaya Indonesia. Itu sebabnya mengapa peneliti ingin meneliti hal-hal yang membuat bahagia pada mahasiswa dengan menggunakan pendekatan *indigenous psychology*.

## **1.2 Identifikasi Masalah**

Penelitian ini ingin melihat hal-hal apa saja yang membuat mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas X di kota Bandung bahagia.

## **1.3 Maksud dan Tujuan Penelitian**

**1.3.1** Maksud penelitian ini adalah memperoleh gambaran mengenai hal-hal yang membuat mahasiswa di Fakultas Psikologi Universitas X di kota Bandung bahagia.

**1.3.2** Tujuan yang hendak dicapai oleh penelitian ini adalah untuk memperoleh gambaran mengenai hal-hal yang membuat mahasiswa di budaya kolektivisme bahagia pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas X di kota Bandung.

## **1.4 Kegunaan Penelitian**

### **1.4.1 Kegunaan Teoretis**

1.4.1.1 Menyumbang informasi baru mengenai hal-hal yang membuat bahagia pada mahasiswa di budaya kolektivisme.

1.4.1.2 Memberikan masukan bagi peneliti lain yang berminat melakukan penelitian lanjutan mengenai kebahagiaan pada mahasiswa di budaya kolektivisme.

#### **1.4.2 Kegunaan Praktis**

1.4.2.1 Memberikan informasi kepada Fakultas Psikologi di Universitas X mengenai hal-hal yang membuat mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas X di kota Bandung bahagia yang dapat dijadikan bahan pertimbangan untuk melakukan penyuluhan-penyuluhan pada mahasiswa.

#### **1.5 Kerangka Pemikiran**

Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas X di kota Bandung terdiri atas berbagai macam budaya. Mahasiswa tersebut datang dari berbagai daerah di Indonesia dan membawa budayanya masing-masing yang secara umum tersebut termasuk budaya kolektivisme. Cavalli-Sforza dan Feldman (Berry, 2002) menjelaskan bahwa kebudayaan diajarkan melalui *cultural transmission*. *Cultural transmission* adalah sesuatu yang disukai, *belief*, dan norma tingkah laku yang merupakan hasil dari interaksi sosial antar generasi. Disini, secara langsung maupun tidak langsung *cultural transmission* juga dapat mengajarkan hal-hal mengenai kebahagiaan sesuai dengan budayanya masing masing. Kebahagiaan adalah perasaan gembira, kepuasan atau kesejahteraan hidup yang dikombinasikan dengan perasaan bahwa kehidupannya tersebut baik, bermakna, dan berharga (Lyubomirsky, 2007). Di dalam *cultural transmission* terdapat dua proses yaitu enkulturasi dan akulturasi.

Enkulturası adalah proses untuk "membungkus" seseorang dengan budayanya dan mengarahkan perilaku mereka agar sesuai dengan budaya mereka. Enkulturası ini dapat diturunkan melalui tiga cara yaitu melalui orangtua (transmisi *vertikal*), orang dewasa lain (transmisi *oblique*) dan melalui teman dalam satu budaya (transmisi *horizontal*) (Cavalli-Sforza dan Feldman, dalam Berry, 2002). Melalui transmisi horizontal kebudayaan kolektivisme diturunkan secara langsung dari orangtua kepada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas X di kota Bandung misalnya mengajarkan sopan santun yang berlaku di tempat mereka tinggal, bahasa daerah, adat istiadat yang berlaku di kebudayaannya. Tidak hanya itu orangtua juga mengajarkan hal-hal mengenai kebahagiaan pada mahasiswa berdasarkan budaya mereka, misalnya mahasiswa sejak kecil diajak menghadiri pesta keluarga dan diajarkan untuk menjadi bahagia cukup dengan berkumpul bersama keluarga besar. Melalui transmisi *oblique* kebudayaan diajarkan oleh orang dewasa lain selain orangtua kandung yang masih memiliki budaya yang sama kepada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas X di Kota Bandung misalnya oleh guru mahasiswa diajarkan cara berbahasa daerah, sopan santun yang sesuai dengan kebudayaan, norma. Tidak hanya itu, guru juga dapat mengajarkan mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas X di Kota Bandung mengenai hal yang membuat mereka bahagia misalnya dengan menolong orang lain yang kesulitan kita pun dapat merasa bahagia. Melalui transmisi *horizontal*, teman sebaya juga ikut ambil bagian dalam mengajarkan kebudayaan kepada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas X di Kota Bandung misalnya dengan berbicara dengan teman sebaya yang menggunakan bahasa daerah dan bermain

permainan daerah. Dari teman-teman sebudayanya mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas X di Kota Bandung juga dapat belajar mengenai cara mendapatkan kebahagiaan, misalnya dengan melihat temanya yang merasa bahagia bila orangtuanya berkunjung.

Dalam kenyataannya kebudayaan yang dimiliki oleh mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas X di Kota Bandung ini tidak terlepas dari adanya budaya lain, hal ini disebut Akulturasi. Akulturasi pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas X di kota Bandung adalah masuknya budaya dari luar yang dapat memengaruhi budaya mereka sehingga budaya yang melekat di dalam diri mahasiswa-mahasiswa tersebut sudah tidak asli lagi (Cavalli-Sforza dan Feldman, dalam Berry, 2002). Budaya-budaya tersebut masuk ke dalam mahasiswa dengan berbagai cara, yaitu transmisi *oblique* dan transmisi *horizontal*.

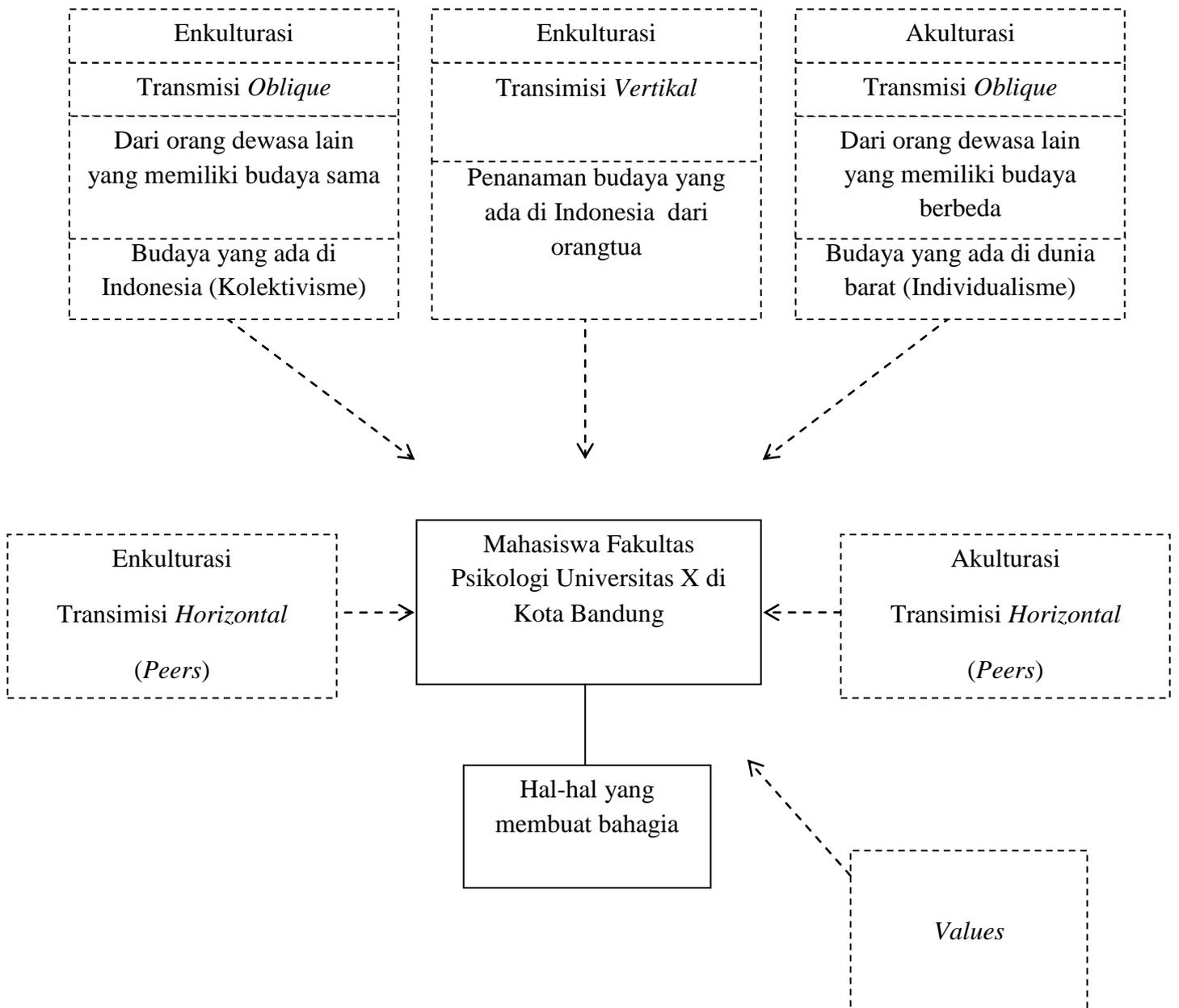
Transmisi *oblique* dalam akulturasi memiliki sama dengan transmisi di enkulturasi hanya saja orang dewasa dalam konteks akulturasi memiliki budaya yang berbeda dengan budaya yang dimiliki oleh mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas X di Kota Bandung. Contohnya guru les bahasa asing yang berasal dari luar negeri dan menetap tinggal di Indonesia dan berhubungan langsung dengan mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas X di Kota Bandung bisa saja berpengaruh terhadap mahasiswa tersebut. Misalnya guru les tersebut mengajak mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas X di Kota Bandung berdebat, karena di budaya guru les mahasiswa tersebut berdebat adalah hal yang umum dilakukan untuk menunjukkan kompetensi, sementara menurut mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas X di Kota Bandung hal tersebut bukanlah sesuatu yang

wajar dan tidak sesuai dengan budaya yang mereka miliki. Melalui transmisi *horizontal* misalnya teman dari budaya lain. Dari teman yang berasal dari budaya lain tersebut mahasiswa bisa mengetahui juga mengenai hal-hal yang membuat mereka bahagia dan hal tersebut mungkin tidak sama dengan hal yang membuat mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas X di Kota Bandung. Selain itu teknologi yang berkembang pesat saat ini, membuat masuknya budaya dari luar negeri semakin cepat. Sekarang banyak tayangan dari luar negeri yang dapat dilihat selama 24 jam nonstop, kemudahan untuk mengakses *website* dari luar negeri, berita-berita dari luar negeri yang masuk ke dalam negeri melalui media massa dan lain sebagainya.

Masuknya budaya dari luar negeri seperti di atas dapat membuat pergeseran budaya kolektivisme yang ada pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas X di Kota Bandung. Pergeseran tersebut dapat dilihat dari banyaknya mahasiswa sekarang yang lebih mementingkan dirinya sendiri. Salah satu contohnya dapat dilihat dari sekarang mahasiswa sulit untuk bekerja sama di dalam kelompok untuk membuat suatu tugas, padahal menurut Berry (Berry, 2002) di dalam budaya kolektivisme individu-individu lebih memperhatikan kepentingan kelompoknya daripada dirinya sendiri, hal ini memperjelas adanya pengaruh-pengaruh dari budaya lain (individualisme). Pergeseran budaya tersebut juga dapat memengaruhi hal-hal yang membuat mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas X di Kota Bandung bahagia.

Pendekatan *indigenous psychology* adalah studi ilmiah mengenai perilaku atau pikiran manusia lokal, sesuai dengan kebudayaannya, yang tidak dipengaruhi

oleh daerah lain, dan dirancang khusus untuk masyarakat tersebut (Kim, Berry, 2006). Pendekatan *indigenous psychology* ini dikembangkan karena banyak peneliti yang berasal dari Timur (Asia) yang belajar di Barat (Eropa dan Amerika) yang kesulitan menerapkan teori-teori dari Barat ke dalam budayanya. Pendekatan *indigenous psychology* memungkinkan peneliti yang berasal dari budaya lain yang berbeda dengan budaya di mana teori itu dikembangkan untuk menerapkan teori-teori tersebut agar sesuai dengan kebudayaan tempat mereka tinggal. Berdasarkan teori ini berarti hal-hal yang membuat mahasiswa bahagia berbeda dengan hal-hal yang membuat bahagia di tempat dimana teori kebahagiaan tersebut dibuat.



Gambar 1.1 Bagan Kerangka Pemikiran

**1.6 Asumsi**

- a. Budaya mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas X di Kota Bandung sudah berbaur dengan kebudayaan lain (Akulturasi).
- b. Hal-hal yang membuat seseorang bahagia dipengaruhi oleh kebudayaan.