

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Setiap manusia menginginkan apa yang disebut dengan kebahagiaan dan berusaha menghindari penderitaan dalam hidupnya. Aristoteles (dalam Seligman, 2011: 27) berpendapat bahwa segala sesuatu yang individu lakukan adalah untuk membuat dirinya bahagia. Banyak hal yang dapat dilakukan untuk memperoleh kebahagiaan, seperti menempuh pendidikan setinggi mungkin, mencari pekerjaan yang layak, mempunyai tubuh yang sehat, serta membahagiakan keluarga dan orang lain.

Veenhoven (1991) mengatakan bahwa kebahagiaan disebut juga sebagai kepuasan hidup. Hal tersebut didukung oleh penelitiannya yang berjudul "*Is Happiness Relative?*" pada tahun 1991. Veenhoven melakukan penelitian untuk melihat apakah kekayaan mempengaruhi kebahagiaan individu di 22 negara. Dari penelitian tersebut didapatkan hasil bahwa negara yang mempunyai kekayaan lebih banyak cenderung lebih bahagia. Veenhoven mengemukakan bahwa kebahagiaan merupakan seberapa besar seseorang menilai kualitas hidupnya dengan baik, dengan kata lain seberapa baik individu menyukai hidupnya. Menurut Santrock (1999), kepuasan hidup adalah tingkat kepuasan seseorang terhadap hidupnya selama ia hidup.

Diener, Lucas, & Oishi (2002), menyatakan bahwa Subjective Well-Being memiliki 2 komponen yakni kepuasan hidup dan kebahagiaan. Kepuasan hidup sendiri termasuk dalam komponen kognitif sedangkan kebahagiaan termasuk dalam komponen afektif. Kepuasan hidup sendiri

terkait dengan kesenjangan antara yang diinginkan dengan yang kenyataan yang terjadi sedangkan kebahagiaan termasuk dalam mood yang menyenangkan dan tidak menyenangkan, dengan kata lain kebahagiaan mengindikasikan perasaan tentang kejadian yang terjadi.

Kepuasan hidup, menurut pendekatan kognitif, terkait dengan pencapaian kebutuhan, tujuan dan keinginan seseorang (Diener, 1985). Ketika perbedaan antara apa yang diharapkan dengan pencapaian kebutuhan, tujuan, dan keinginan seseorang tersebut semakin kecil, tingkat kepuasan hidup seseorang umumnya semakin tinggi (Frey and Stutzer, 2001). Jadi, penilaian seseorang terhadap hidupnya seringkali berpengaruh terhadap tingkat kepuasan hidup seseorang. Semakin seseorang tersebut berpikir positif terhadap hidupnya, semakin tinggi pula kepuasan hidup seseorang. Sebaliknya, semakin berpikir negatif seseorang terhadap hidupnya, maka semakin rendah pula kepuasan hidup seseorang tersebut.

Kepuasan hidup mempunyai peranan yang cukup penting dalam berbagai aspek kehidupan. Seseorang yang mempunyai tingkat kepuasan hidup yang tinggi mendapat manfaat yang besar dalam kehidupannya. Individu dengan tingkat kepuasan yang tinggi cenderung mempunyai rasa percaya diri yang tinggi, optimisme, keyakinan diri yang tinggi, mendapatkan nilai-nilai positif dari orang lain, disukai oleh orang lain, mempunyai kekebalan tubuh dan kesejahteraan fisik yang tinggi, lebih efektif dalam mengatasi tantangan dan stress, serta perilakunya cenderung mengarah pada tujuan tertentu (Diener dalam Frisch, 2006:19). Individu dengan tingkat kepuasan yang tinggi cenderung melakukan yang terbaik untuk mencapai target yang telah ditentukan di dalam hidup mereka (Frisch, 2006)

Berbeda dengan orang yang mempunyai kepuasan hidup tinggi, orang dengan tingkat kepuasan hidup yang rendah cenderung tidak dapat menunjukkan kemampuan yang sebenarnya ketika melakukan sesuatu. Hal ini dapat berakibat pada rasa tidak puas pada diri sendiri, tidak bahagia, yang selanjutnya dapat mengakibatkan masalah dalam penyesuaian pribadi dan sosial (Hurlock, 1997). Oleh karena itu, kepuasan hidup perlu dimiliki oleh setiap individu demi kesejahteraan dirinya.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Joseph, Marne, dan kawan-kawan (2005) berjudul "*Life Satisfaction and Student Performance*" yang dilakukan terhadap 673 mahasiswa berumur 20 tahun di sebuah perguruan tinggi di Amerika, ditemukan bahwa mahasiswa dengan tingkat kepuasan hidup yang tinggi memiliki daya tahan yang tinggi dan tidak mudah menyerah dalam menghadapi tantangan akademik, sebaliknya kepuasan hidup yang rendah membuat mahasiswa kurang fokus dan memperburuk kinerja mereka ketika berada di perguruan tinggi. Penelitian yang dilakukan oleh Cha (2003) pada 350 mahasiswa Korea menunjukkan bahwa kepuasan hidup juga menentukan kepribadian di kalangan mahasiswa, seperti harga diri, harapan, dan kemampuan berpikir positif. Pada penelitian Cha (2003) terlihat bahwa nilai kepuasan hidup yang rendah dapat mempengaruhi kepribadian dan perilaku seseorang.

Kepuasan hidup terkait dengan kejadian-kejadian penting dalam hidup, seperti pindah ke lingkungan yang baru. Apabila seseorang bisa menerima lingkungan yang baru dan menyesuaikan diri dengan baik, maka hal ini akan menumbuhkan rasa puas. Diener (2000) mengatakan bahwa ketika seseorang dapat menerima setiap kejadian di sekitarnya dengan baik, maka individu tersebut dapat menampilkan emosi yang menyenangkan.

Pada mahasiswa, proses adaptasi tersebut dialami oleh mereka yang berasal dari luar Jawa. Mahasiswa dari luar Jawa dapat mengalami berbagai kendala seperti kurangnya pemahaman bahasa yang dipakai dalam pergaulan dan diskriminasi yang diterima akibat penampilan fisik, gaya bicara, ataupun gaya hidup. Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Mingsheng dan Jacqui (2006), mereka mengatakan bahwa kesulitan bahasa, perbedaan budaya, pola interaksi mahasiswa, kurangnya pengetahuan tentang norma, dukungan pembelajaran yang tidak memadai, dan persepsi mahasiswa mempengaruhi tingkat kepuasan hidup mahasiswa ketika berada di perguruan tinggi. Penyesuaian diri yang kurang baik terhadap kondisi tersebut dapat berimbas pada prestasi dan rasa tidak puas terhadap hidup.

Permasalahan ketidakpuasan hidup ini ternyata juga terjadi di kalangan mahasiswa Fakultas Psikologi Unika Widya Mandala Surabaya (UKWMS). Seorang mahasiswa mempunyai tugas untuk menyelesaikan tugas-tugas perkuliahannya, mampu bersosialisasi dengan lingkungan sekitarnya, mendapatkan prestasi sebaik mungkin dan lulus tepat waktu, akan tetapi kenyataan di lapangan adalah sebaliknya bagi sebagian mahasiswa. Hal ini diperkuat dengan hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti pada mahasiswa yang berasal dari luar Jawa, berikut adalah hasil wawancaranya :

“Iya ko, kan aku dari Kupang ko dan bahasanya anak-anak itu biasanya pakai bahasa Surabayaan jadi awalnya tidak begitu paham. Jadi mau berteman dan komunikasi dalam hal perkuliahan juga sedikit susah ko, makanya kalo ngobrol-ngobrol juga sama teman yang dari Kupang juga. Gara-gara kumpulnya sering ama orang Kupang jadi kurang begitu dekat sama teman-teman yang lain karena bahasanya sering tidak mengerti ko”

Dari data tersebut disimpulkan bahwa adanya permasalahan yang dihadapi oleh mahasiswa luar Jawa dalam hal bahasa sehingga menyebabkan mereka kurang dapat berinteraksi, sedangkan tugas-tugas perkuliahan dituntut untuk saling berkomunikasi antar mahasiswa yang menyebabkan mahasiswa luar Jawa tertinggal dalam perkuliahan.

Berdasarkan data yang didapatkan dari staf Tata Usaha Fakultas Psikologi UKWMS pada mahasiswa angkatan 2013-2014 ditemukan sebanyak 23 orang tidak lagi melanjutkan perkuliahan. Sebanyak 30% (7 orang) diantaranya merupakan mahasiswa yang berasal dari luar Jawa. Dari data di atas dapat dilihat bahwa cukup banyak mahasiswa luar Jawa yang tidak melanjutkan perkuliahan dan membutuhkan perhatian yang mungkin dikarenakan adanya hambatan dalam penyesuaian diri. Penyesuaian diri ini dapat berimbas pada kepuasan hidup.

Data tersebut juga didukung dengan adanya wawancara yang dilakukan oleh peneliti terhadap dosen Pendamping Akademik angkatan 2013, berikut adalah hasil wawancara :

“Ada beberapa kesulitan yang mereka temui ketika mereka berada disini gitu lo, kek contohnya adalah masalah relasi, relasi dengan teman-teman yang lain dari budaya yang lain, kan biasanya mereka nge grup-grupan. Kalau mereka biasanya udah nge grup gitu mereka akan kesulitan untuk berinteraksi dengan grup yang lain, tapi di grup pun mereka terkadang ada masalah tersendiri, ada nggak cocoknya sendiri. Masalah adaptasi ada, masalah bahasa juga muncul, karena ketika temannya sudah mulai ngomong bla bla bla, teman yang ini diem aja. Dan ketika sudah mulai banyak tugas kelompok mereka menjadi kesusahan untuk kerja tim. Dan karena hal itu mereka menjadi menarik diri, dan ada juga kejadian labelling, Misalnya, kamar mandi kotor. Wah, ini pasti anak dari “sana” yang tidak bisa

menggunakan kamar mandi dengan baik”. Dari support class sendiri mereka merasa nggak nyaman, nggak di terima. Ya seperti itu”

Dari hasil wawancara di atas, terlihat bahwa mahasiswa yang berasal dari luar Jawa mengalami beberapa kendala ketika berkuliah di tempat yang berbeda dengan tempat asalnya. Kendala yang dihadapi berupa masalah bahasa, hubungan dengan orang lain, dan stigma negatif orang lain terhadap budaya tertentu. Berbagai kendala yang dihadapi menuntut para mahasiswa luar Jawa untuk beradaptasi dengan lingkungannya. Mahasiswa luar Jawa yang tidak dapat menyesuaikan diri dengan baik dapat menyebabkan individu mengalami *stress* akibat kendala yang dihadapi. Wills dalam Brannon (2007) mengatakan bahwa dukungan sosial juga merupakan salah satu bentuk *coping stress* yang dapat membantu individu untuk mengurangi *stress* yang dirasakan oleh mahasiswa luar Jawa, baik dalam masalah bahasa, mengerjakan tugas – tugas perkuliahan ataupun dengan hubungannya dengan orang lain. Dukungan sosial dapat mengurangi tingkat *stress* yang dirasakan sehingga kemudian dapat meningkatkan kepuasan hidup mahasiswa luar Jawa.

Menurut Ryff (1989), hubungan positif dengan orang lain merupakan salah satu hal penyebab tinggi rendahnya kepuasan hidup seseorang. Seligman (2011) juga menyebutkan bahwa interaksi yang positif dengan orang lain dapat menentukan tingkat kebahagiaan individu. Pada penelitian Rohmad (2014), yang dilakukan untuk melihat hubungan antara dukungan sosial dengan kesejahteraan subjektif pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta didapatkan hasil ada hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dengan kesejahteraan

subjektif mahasiswa. Menurutnya, semakin tinggi dukungan sosial semakin tinggi pula kesejahteraan subjektif pada mahasiswa.

Hal di atas juga didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Sam (2000) di University of Bergen, Norway. Penelitian tersebut dilakukan terhadap 304 mahasiswa internasional yang terdiri dari 159 laki-laki dan 145 perempuan yang sudah tinggal di Norwegia selama 2,3 tahun. Pada penelitian ini diketahui bahwa terdapat faktor-faktor yang secara signifikan mempengaruhi tingkat kepuasan hidup pada mahasiswa adalah jumlah teman yang dimiliki, kepuasan terhadap keadaan ekonomi, diskriminasi yang dirasakan serta informasi yang diterima sebelum mereka tinggal di tempat yang sekarang.

Chow (2005) mengukur kepuasan hidup di antara 315 mahasiswa di Kanada. Chow (2005) menemukan bahwa 76,2% mahasiswa puas terhadap hidupnya. Kepuasan hidup ditemukan dalam beberapa aspek kehidupan yang berbeda, seperti hubungan dengan orang tua, lingkungan hidup, hubungan dengan teman dekat, hubungan dengan saudara kandung, dan pengaturan hidupnya. Berdasarkan penelitian-penelitian tersebut dapat disimpulkan kemungkinan adanya hubungan antara dukungan sosial dengan kepuasan hidup.

Berdasarkan fenomena yang terjadi pada mahasiswa luar Jawa, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang menguji hubungan antara kepuasan hidup dengan dukungan sosial pada mahasiswa UKWMS yang berasal dari luar Jawa

1.2. Batasan Permasalahan

Peneliti memfokuskan penelitian ini pada variabel kepuasan hidup dan dukungan sosial dengan membatasi beberapa permasalahan. Adapun batasan permasalahan dalam penelitian ini adalah :

- a. Penelitian ini difokuskan pada kepuasan hidup dan dukungan sosial pada mahasiswa. Dukungan sosial diartikan sebagai dukungan yang diberikan oleh keluarga, teman, dan *significant others*. *Significant others* disini diartikan sebagai pihak selain keluarga dan teman, yakni dosen, staff Tata Usaha, dsb.
- b. Subjek yang digunakan adalah mahasiswa UKWMS yang berasal dari luar Jawa dengan rentang umur 18 - 21 tahun.
- c. Penelitian ini adalah studi korelasional

1.3. Rumusan Masalah

Dari paparan yang ada pada latar belakang, maka rumusan masalah yang diajukan adalah “Apakah ada hubungan antara dukungan sosial dengan kepuasan hidup pada mahasiswa UKWMS yang berasal dari luar Jawa?”

1.4. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah mengetahui ada tidaknya hubungan antara kepuasan hidup dengan dukungan sosial pada mahasiswa UKWMS yang berasal dari luar Jawa.

1.5. Manfaat Penelitian

Hasil Penelitian ini, diharapkan dapat memberi manfaat sebagai berikut :

1.5.1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan bagi

pengembangan teori di bidang Psikologi Klinis terutama pemahaman teoritis mengenai kepuasan hidup dan dukungan sosial yang dapat menjadi dasar bagi tindakan preventif dan intervensi untuk permasalahan psikologis yang dialami oleh mahasiswa khususnya mereka yang berasal dari luar Jawa.

1.5.2. Manfaat Praktis

a. Bagi subyek penelitian

Hasil penelitian ini memberikan informasi tentang pentingnya peran dukungan sosial terhadap tinggi rendahnya kepuasan hidup subyek penelitian. Setelah mengetahui hal tersebut, subyek dapat melakukan evaluasi diri untuk melakukan peningkatan terhadap kepuasan hidup yang dimiliki dengan menggunakan dukungan sosial yang ada di sekitarnya.

b. Bagi Fakultas/Institusi pendidik (UKWMS)

Memberikan informasi kepada pihak Universitas dan Fakultas mengenai tinggi rendahnya kepuasan hidup yang dimiliki oleh mahasiswa, terutama mahasiswa luar Jawa sehingga dapat membantu mereka menyesuaikan diri dengan kondisi lingkungan akademik dan sosial sehingga pada akhirnya mahasiswa tersebut dapat meningkatkan kepuasannya.

c. Bagi peneliti lainnya

Penelitian ini dapat memberikan informasi mengenai hubungan antara kepuasan hidup dan dukungan sosial serta dapat dijadikan acuan pada penelitian selanjutnya.