

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1. Latar Belakang Permasalahan

Pada masa sekarang, kebahagiaan menjadi hal penting untuk dimiliki oleh seorang individu. Setiap orang memiliki kebutuhan untuk bahagia dalam hidupnya. Kebahagiaan dapat meningkatkan produktivitas seorang individu dan disaat yang sama kebahagiaan dapat mempengaruhi kinerja individu (King, & Diener, dalam Lopez & Snyder, 2009: 189). Kebahagiaan berpengaruh dalam kehidupan seorang individu dengan cara mempengaruhi kinerja individu. Emosi positif individu terhadap suatu benda ataupun individu lain dapat mempengaruhi perilaku individu untuk mendekati benda tersebut (Seligman, 2002: 30). Kebahagiaan seseorang dapat berubah-ubah tergantung dari beberapa faktor yang dimiliki oleh individu tersebut, seperti keterikatan individu terhadap aktivitas sehari-hari (Csikszentmihalyi, dalam Lopez & Snyder, 2009: 189), kepribadian yang dimiliki oleh individu tersebut. (Costa, McCrae & Zonderman, dalam Lopez & Snyder 2009: 189), dan faktor genetic yang dimiliki oleh seseorang (Tellegen dalam Lopez dan Snyder, 2009: 189).

Di Indonesia, kebahagiaan dipandang sebagai hal yang penting. Data dari Badan Pusat Statistik (BPS) menunjukkan hasil Survey Pengukuran Tingkat Kebahagiaan (SPTK) masyarakat Indonesia yang pada akhir 2014 mencapai angka 68,28 atau lebih baik dibanding angka tahun 2013, sebesar 65,11. Data BPS (<http://www.bps.go.id/brs/view/id/1117>) tahun 2014 juga menjelaskan bahwa tingkat kebahagiaan yang dimiliki oleh masyarakat Indonesia sebesar 68,28 pada skala 0–100. Indeks kebahagiaan merupakan rata-rata dari angka indeks yang dimiliki oleh setiap individu di Indonesia pada tahun 2014. Semakin tinggi nilai indeks, semakin bahagia tingkat

kehidupan penduduk; demikian pula sebaliknya, semakin rendah nilai indeks maka penduduk semakin tidak bahagia. Temuan ini menjelaskan bahwa tingkat kebahagiaan yang dimiliki oleh Indonesia masih mungkin untuk dikembangkan lebih lanjut terkait kebahagiaan yang dimiliki oleh masyarakat Indonesia.

Kebahagiaan merupakan salah satu aspek dari emosi positif manusia yang tidak dapat terlepas dari kehidupan manusia. Kebahagiaan seseorang dapat berubah-ubah tergantung dari beberapa faktor yang dimiliki oleh individu. Kebahagiaan yang dapat berubah-ubah ini menjelaskan bahwa kebahagiaan yang dimiliki manusia dapat naik dan juga turun membentuk dinamika dari kebahagiaan (Seligman 2002: 185). Seligman (2002: 185), menjelaskan bahwa salah satu hal yang mempengaruhi kebahagiaan adalah kedekatan yang harus dimiliki oleh individu, salah satu diantaranya adalah dengan pasangan hidup atau kekasih. Kebahagiaan yang dimiliki oleh individu juga dipengaruhi oleh kedekatan individu dengan individu lain, khususnya pada pasangan hidup atau kekasih dan disebut sebagai bagian dari cinta. Cinta sangat penting untuk kondisi manusia. Baumeister dan Leary (dalam Lopez dan Snyder 2009: 452) berargumen bahwa manusia adalah spesies kelompok yang memiliki kebutuhan untuk memiliki dan dimiliki oleh sesamanya. Konsisten dengan thesis ini Myer dan Diener (dalam Lopez dan Snyder, 2009: 452) dalam mendiskusikan kebahagiaan menyatakan bahwa laki-laki dan perempuan yang mengalami pernikahan lebih bahagia dibandingkan orang yang tidak pernah menikah, mengalami perceraian, ataupun tinggal terpisah. Individu memperoleh kebahagiaan salah satunya dengan menjalin hubungan dengan orang terdekat yang bisa berupa pasangan hidup namun pada kenyataannya masih banyak individu yang tidak memiliki pasangan hidup. Hal ini terkait dengan tugas

perkembangan yang dimiliki oleh individu khususnya pada individu yang berada pada masa dewasa awal.

Tahapan Psikososial yang dikemukakan oleh Erick Erickson (2011: 416 dalam Feldman) menjelaskan bahwa tahapan saat individu mulai merasakan perlunya untuk menjalin relasi dengan individu lain adalah saat individu memasuki masa dewasa awal (*Intimacy vs Isolation*) yaitu sejak masa remaja akhir hingga sekitar usia 40 tahun. Namun masih banyak individu yang tidak memiliki pasangan hidup dan tidak memenuhi kriteria tahapan perkembangan psikososial saat memasuki masa dewasa awal.

Pada masa ini kaum remaja juga memiliki istilah untuk menggambarkan individu yang tidak memiliki pasangan hidup/ kekasih, yaitu istilah “jomblo” atau lajang. Istilah lajang berdasarkan Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI dalam <http://kbbi.web.id/lajang>) berarti individu yang belum menikah dan sedang tidak memiliki pasangan. Jomblo, berdasarkan definisi dari KBBI (<http://kbbi.web.id/jomblo>) berasal dari asal kata “*jomlo*” yang berarti gadis tua. Pada perkembangannya, istilah itu mulai di adaptasi dan digunakan untuk laki-laki maupun perempuan. Istilah ini cenderung digunakan oleh khayalak muda untuk menggambarkan individu yang tidak memiliki pasangan. Individu yang menggunakan istilah jomblo tidak dibatasi oleh usia. Istilah jomblo digunakan bebas oleh setiap individu.

Hasil interview yang merupakan bagian dari pengambilan data awal yang dilakukan beberapa narasumber, diantaranya narasumber pertama seorang perempuan berusia 16 tahun dan berstatus pelajar SMA, narasumber kedua merupakan mahasiswa laki-laki berusia 20 tahun, dan narasumber ketiga yang merupakan pelajar SMA laki-laki berusia 18 tahun. Narasumber pertama terkait tanggapan individu mengenai individu yang tidak memiliki pasangan mengatakan bahwa kata jomblo sudah cukup

dikenal dan digunakan dalam keseharian. Jomblo cenderung digunakan sebagai kalimat ejekan dan dipandang dengan konotasi negatif untuk menggambarkan individu yang belum memiliki pasangan seperti pada hasil interview terhadap narasumber pertama (dengan pertanyaan apa itu jomblo), yang menyatakan:

“Jomblo itu kalo nggak ada pacar ko, sering nya juga temen-temen saya panggil jomblo...jomblo... gitu biar cepet usaha buat nyari...”

Pernyataan di atas menunjukkan bahwa biasanya narasumber menyebut temannya yang tidak memiliki pasangan dengan istilah jomblo dalam konteks mengejek dan menyemangati. Narasumber pertama juga menganggap bahwa ini merupakan salah satu cara untuk menyemangati temannya agar mencari pasangan. Individu yang dianggap sebagai jomblo menggunakan waktu-waktu yang dimilikinya berbeda dengan individu yang memiliki pasangan khususnya pada momen-momen tertentu, seperti saat malam minggu. Hasil pengambilan data awal juga menjelaskan bahwa individu yang dipandang sebagai jomblo memiliki cara yang berbeda untuk memenuhi kebahagiaan, yang tak bisa didapat melalui hubungan dengan pasangan. Narasumber kedua, yang menjawab dari pertanyaan tentang apa yang biasa dilakukan individu yang tidak memiliki pasangan, menyatakan:

“Banyak sih mas, yang biasanya dikerjain kalo gak ada pasangan, bisa ngoleksi *figure*, main *game*, jalan-jalan sama temen, hiking, yah... banyak deh...”

Keterangan tersebut menjelaskan bahwa aktivitas yang dilakukan oleh individu yang bisa sebagai jomblo untuk memenuhi momen-momen tertentu yang seharusnya digunakan bersama pasangan berbeda satu dengan yang lain. Aktivitas tersebut meliputi mengembangkan hobi, jalan-jalan dengan teman, hiking, dan sebagainya. Ini menunjukkan adanya cara lain untuk melakukan pemenuhan terhadap kebahagiaan individu selain dari

hubungan dengan pasangan. Narasumber ketiga juga menjelaskan bahwa adanya istilah serupa yang digunakan untuk menggambarkan jomblo yaitu *single* dengan pernyataan :

*“Jomblo itu... ya single gitu...”*

Beberapa Individu yang dipandang sebagai jomblo merasa senang dengan keadaan yang dialaminya, seperti yang dinyatakan oleh individu pertama, dengan pernyataan:

*“Saya sih senang-senang aja ko kayak gini... lebih bebas gitu...”*

Narasumber ketiga juga merasa senang dengan keadaan demikian, dengan pernyataan:

*“Saya sih suka-suka aja mas jadi jomblo, kan bisa lebih luwes ngejer karir jadinya bisa fokus...”*

Narasumber yang lain menyatakan tidak senang dengan keadaannya sekarang, seperti yang dinyatakan oleh Individu kedua:

*“Saya sih mas, nggak suka lama-lama dipanggil jomblo gitu, kalo bisa sih..amin ya... bisa punya cepet-cepet punya pacar...”*

Pernyataan tersebut menyatakan bahwa narasumber ingin mencari pasangan dan tidak ingin dipanggil dengan sebutan jomblo dalam kurun waktu yang lebih lama. Individu yang senang dengan statusnya sebagai jomblo menyatakan bahwa waktu yang mereka miliki lebih banyak untuk memenuhi hobi yang mereka miliki jika dibandingkan dengan individu yang memiliki pasangan. Individu yang dianggap sebagai jomblo juga cenderung lebih bebas dan tidak terikat dengan pasangan. Di sisi lain individu yang tidak senang dengan keadaan yang dialaminya sebagai jomblo menyatakan bahwa terdapat keinginan dari jomblo untuk memiliki pasangan dan pemberian label jomblo seakan menyatakan bahwa individu

tersebut tidak mampu untuk mendapatkan pasangan. Hal ini menyatakan bahwa jomblo juga memiliki kebutuhan untuk memiliki pasangan agar memperoleh kebahagiaan.

Berdasarkan paparan di atas peneliti memilih fenomena pentingnya pemenuhan kebahagiaan yang dimiliki oleh individu melalui hubungan dengan pasangan hidup/ kekasih. memiliki kebutuhan untuk bahagia dalam hidupnya. Kebahagiaan dapat meningkatkan produktivitas seorang individu dan disaat yang sama kebahagiaan dapat mempengaruhi kinerja individu. Adapun tujuan akhir yang akan dicapai dan berusaha diraih oleh individu adalah kebahagiaan yang berkaitan dengan *satisfaction of life* (Diener, E. 1984: 543). Peneliti juga menemukan kesenjangan yang ada dari fenomena tersebut yaitu adanya individu yang tidak memiliki pasangan hidup yang disebut jomblo. Jomblo memiliki rentang usia yang berbeda-beda bahkan juga pada masa dewasa awal. Hal ini tidak sesuai dengan tugas perkembangan psikososial yang dijelaskan oleh Erick Erickson (Feldman, 2001: 416) bahwa tahapan saat individu mulai merasakan perlunya untuk menjalin relasi adalah saat individu memasuki masa dewasa awal (*Intimacy vs Isolation*) yaitu sejak masa remaja akhir hingga sekitar usia 40 tahun. Kebahagiaan merupakan hal yang penting untuk kehidupan manusia dan menjadi proses penting yang terus berproses dalam kehidupan manusia (Seligman, 2002: 260).

Berdasarkan pemaparan mengenai rekonstruksi kebahagiaan tersebut, muncul pertanyaan mayor yakni bagaimana gambaran kebahagiaan pada individu yang tidak memiliki pasangan. Hal ini dikarenakan karena individu tersebut tidak memenuhi dinamika perkembangan yang ada dan beresiko menanggung konsekuensi yang didapat dari tugas perkembangan yang tidak terpenuhi, serta adanya aspek kebahagiaan yang tidak dapat terpenuhi melalui satu cara yaitu dengan hubungan dengan pasangan sehingga

mebutuhkan alternative lain agar individu tersebut dapat memperoleh kebahagiaannya.

Individu yang tidak memenuhi tugas perkembangan pada masa dewasa awal tidak dapat memiliki aspek kebahagiaan yang bisa didapat melalui relasi dengan pasangan. Maka dari itu individu tersebut akan berusaha untuk memenuhi aspek *happiness* yang dibutuhkan melalui hal lain selain dari relasi dengan pasangan seperti diantaranya mengembangkan hobi, jalan-jalan dengan teman, hiking, dan juga berfokus pada pekerjaan yang sedang ditekuni. Artikel majalah TIME tanggal 17 Januari 2005 dengan judul *new science of happiness* menjelaskan sumber penyebab kebahagiaan adalah hubungan dengan keluarga, persahabatan, hubungan dengan pasangan hidup, waktu untuk beribadah, waktu yang dihabiskan untuk memenuhi hobi, serta kegiatan yang dilakukan dikala senggang. Berdasarkan kesenjangan tersebut, peneliti tertarik untuk meneliti fenomena ini.

## **1.2. Fokus Penelitian**

Peneliti menetapkan fokus penelitian guna memberikan batasan dan arah dalam mengkaji penelitian yaitu: Bagaimana gambaran *happiness* pada jomblo yang memasuki masa dewasa awal.

## **1.3. Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian ini adalah mengetahui gambaran *happiness* pada individu masa dewasa awal yang tidak memiliki pasangan

## **1.4. Manfaat Penelitian**

Manfaat penelitian gambaran *happiness* pada individu masa dewasa awal yang tidak memiliki pasangan, dibagi menjadi dua manfaat, yaitu:

#### 1.4.1. Manfaat Teoritik

Secara teoritis penelitian ini diharapkan dapat membantu untuk pengembangan ilmu Psikologi, terutama dalam bidang Psikologi Klinis khususnya terkait *happiness*.

#### 1.4.2. Manfaat Praktis

Penelitian ini juga dapat memberikan manfaat praktis bagi berbagai pihak yaitu:

##### 1. Subjek Penelitian

Penelitian ini bermanfaat secara praktis pada individu masa dewasa awal yang tidak memiliki pasangan, sebagai referensi tindak lanjut yang tepat tentang gambaran kebahagiaan yang dimiliki oleh jomblo yang memasuki masa dewasa awal.

##### 2. Praktisi Psikologi Klinis

Melalui penelitian ini, praktisi psikologi klinis memiliki referensi tentang gambaran *happiness* pada individu masa dewasa awal yang tidak memiliki pasangan sehingga dapat membantu praktisi psikologi klinis dalam menjalankan profesinya.

##### 3. Penelitian selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat memberi referensi tambahan dalam penelitian terkait kebahagiaan khususnya pada individu masa dewasa awal yang tidak memiliki pasangan sehingga mampu memberikan sumbangsih terhadap penelitian Psikologi khususnya Psikologi Positif.