

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Penelitian

Kebahagiaan merupakan hal penting bagi mahasiswa, seperti yang disebutkan oleh Balatsky dan Diener bahwa kebahagiaan menjadi dambaan mahasiswa baik di negeri Barat maupun Timur. Dalam suatu riset kebahagiaan dikatakan kalau mahasiswa- mahasiswa yang merasa sangat senang merupakan mereka yang merasa puas dengan kehidupannya yang mempunyai kedekatan sosial yang baik (Nashori, 2007). Setelah itu pada riset lain di Amerika, dikatakan kalau dari 800 alumni suatu akademi besar, dikala ditanyakan” Apakah yang dibutuhkan buat kebahagiaan Kamu?”, lebih dari 50% responden mempunyai alibi hendak kepuasan dalam ikatan erat dengan keluarga, sahabat, serta pendamping (Candra A, 2010). Informasi lain bagi Diener (dalam Wirawan, 2010) dari World Value Survei mengatakan kalau nyatanya tingkatan ekonomi yang sangat besar ataupun status sosial yang besar bukan ialah sumber terutama dalam menciptakan kebahagiaan.

Setiap manusia diciptakan dengan berbagai emosi yang unik dan sangat mempengaruhi kehidupan manusia. Emosi membagikan warna pada kehidupan manusia. Ada dua berbagai emosi ditinjau dari pengaruh yang dihasilkannya. Bentuk- bentuk emosi tersebut berbentuk emosi positif serta negatif. Kedua emosi ini bisa dialami oleh tiap orang. Emosi yang negatif tergambarkan oleh perasaan khawatir, pilu, marah, ketidaksukaan serta perasaan negatif yang lain, sebaliknya emosi positif kebalikannya (Seligman, 2002) Sebaliknya dalam pembelajaran berkorelasi dengan kesejahteraan lebih baik untuk orang dengan pemasukan lebih rendah (Brewer, Campbell, 1983; Diener et, 1993), serta di negara- negara miskin (Veenhoven, 1994) bisa jadi dalam permasalahan tadinya sebab pembelajaran menghasilkan atensi waktu luang yang lebih luas yang menciptakan sumber kebahagiaan lain serta dalam permasalahan terakhir sebab status sosial yang di informasikan oleh pembelajaran. Pengaruh pembelajaran pada *Subjective well-being* (SWB) jadi lebih lemah dari waktu ke waktu di Amerika Serikat. (Stember, 1982) mencatat kalau pada tahun 1957, 44% lulusan akademi besar

memberi tahu sangat senang dibanding dengan 23% dari mereka yang tidak sekolah menengah, sedangkan pada tahun 1978, persentase yang cocok merupakan 33 serta 28 persen.

Kebahagiaan Nasional Bhutan ini berkonsep pembangunan yang didasarkan pada keadaan khusus disana, budaya dan tradisi keagamaan, tumbuh dari situasi di mana keanekaragaman hayati telah berkurang secara historis dan di mana konservasi keanekaragaman hayati dihargai. Kondisi biologis yang kemudian dilihat sebagai bagian yang unik dari Bhutan. Makhluk hidup lain telah dimasukkan ke dalam definisi kesejahteraan *Gross National Happiness* (GNH) dan keanekaragaman hayati bekerja bersama-sama menciptakan lingkaran umpan balik positif yang memperkuat diri dan berkelanjutan (Gertner, 2003). Tiap orang tentu mempunyai tujuan yang sama dalam hidupnya. Salah satu tujuan tersebut merupakan tercapainya kebahagiaan. Schoch, 2008 (dalam Puspitorini, 2012) menarangkan kalau tujuan hidup paling tinggi yang di idamkan orang salah satunya merupakan jadi kaya serta senang. Kekayaan yang dipunyai membuat orang merasa mempunyai seluruh yang di idamkan. Lewat terpenuhinya kebutuhan, hingga tercapailah sesuatu kepuasan berbentuk kebahagiaan yang diimpikan. Kebahagiaan yang dialami orang menimbulkan kedamaian serta kepuasan di kehidupan. Terus menjadi besar harapan serta kebutuhan orang, dan terus menjadi banyak yang bisa diraih, hingga orang lebih senang.

Brower & Sumner (dalam Veenhoven, 2006) menggambarkan kebahagiaan selaku tipe perilaku positif terhadap kehidupan, yang seluruhnya ialah wujud kepemilikan komponen kognitif serta afektif. Aspek kognitif kebahagiaan terdiri dari penilaian positif kehidupan, diukur baik lewat standar ataupun harapan, dalam perihal kebahagiaan afektif terdiri dari apa yang biasanya kita sebut selaku rasa kesejahteraan, menciptakan kekayaan dalam hidup, ataupun merasa puas dengan hal- hal yang sudah dicapai. *Wealth and Happiness: Empirical Evidence from Indonesia* (Landiyanto et al., 2011) mengatakan menimpa sebagian variabel yang signifikan terhadap kebahagiaan untuk warga Indonesia merupakan, variabel kesehatan sebesar 10% dan variabel pembelajaran sebesar 39%. Dikutip dari *World Happiness Report* (Neve & Krekel, 2020) bertepatan dengan perayaan

International Day of Happiness yang selalu dirayakan setiap 20 Maret, tahun ini PBB kembali merilis *World Happiness Report*. Dalam laporan tahun ini, PBB mengurutkan peringkat 156 negara di dunia berdasarkan tingkat kebahagiaan penduduknya. Finlandia kembali meraih predikat negara paling bahagia di dunia untuk ketiga kalinya dengan skor total 7.809. Sebagian besar penduduknya menikmati kualitas hidup, keamanan dan layanan publik terbaik. Data untuk daftar tahunan ini diambil pada 2018 dan 2019, sehingga tidak terpengaruh dengan situasi terkini akibat penyebaran virus corona. Seperti dalam tujuh laporan sebelumnya, negara-negara Nordik masih mendominasi sepuluh besar, yakni Denmark, Norwegia, Swedia, dan Islandia. Kemudian Luxembourg tahun ini naik ke peringkat 10 untuk pertama kalinya. Taiwan dan Singapura merupakan dua negara Asia yang berhasil masuk daftar 40 besar. Mengejutkannya, Indonesia berhasil naik empat peringkat ke posisi 84 dengan skor 5.286.

Banyak orang mengatakan kalau mahasiswa ialah penerus bangsa yang wajib mempersiapkan masa depannya diawali dari saat ini. Mahasiswa baru kerap kali dihadapkan pada permasalahan- permasalahan yang baru serta tidak sama semacam waktu mereka masih menempuh sekolah menengah atas. Mahasiswa selaku orang berusia dini terletak pada masa transisi dari masa anak muda serta berusia. Pada masa transisi ini mahasiswa dihadapkan oleh banyak pergantian yang bisa mengusik upaya buat memperoleh kebahagiaan. Oleh karena itu, mahasiswa wajib sanggup membiasakan diri terhadap seluruh pergantian di area (Jannah et al., 2019). Dalam perkuliahan mereka wajib siap dengan atmosfer baru baik itu metode belajarnya ataupun area yang nyatanya baru serta kerap merasa tidak senang. Dalam kehidupannya mahasiswa kerap kali merasakan ketidak bahagiaannya, apa lagi kala dihadapkan dengan tugas- tugas perkuliahan. Mereka merasa tugas yang diberikan oleh dosen sangat memberatkan. Bersumber pada hasil dari asesmen dini pada mahasiswa prodi tutorial serta konseling mahasiswa banyak meringik dengan tugas- tugas yang terdapat, terkadang mahasiswa merasakan kurang senang bila wajib dihadapkan dengan tugas yang diberikan dosen, yang berbentuk praktikum. Mereka pula tidak mengira bila hendak memperoleh tugas yang banyak serta nyaris di segala mata kuliah tentu terdapat tugas yang diberikan, terdapat pula yang hadapi kecemasan hendak masa depan

akibat hadapi salah jurusan, sehingga kala perkuliahan subjek merasa kurang aman, sementara itu dalam penentuan jurusan mahasiswa memastikan secara mandiri.

Berdasarkan studi awal yang dilakukan terhadap lima responden dari angkatan 2019 dan lima responden dari angkatan 2018 didapatkan berbagai fenomena masalah yang menjadi salah satu faktor terhadap kebahagiaan mahasiswa selama menjalani perkuliahan. Sehingga dari hasil tersebut dapat disimpulkan mahasiswa banyak mengalami berbagai hambatan untuk mencapai kebahagiaan yang utuh seperti faktor keluarga, diri sendiri, keuangan, karir yang diinginkan, kesehatan, prestasi yang diidamkan bahkan waktu luang sangat dibutuhkan ketika menjalankan kehidupan sebagai mahasiswa program studi bimbingan dan konseling. Maka dari hasil studi awal penelitian dilakukan di jurusan program studi bimbingan dan konseling angkatan 2018 dan 2019 yang dirasa sudah banyak mengalami berbagai fenomena selama perkuliahan yaitu lima sampai tujuh semester. Bimbingan dan konseling sebagai salah satu bidang keilmuan yang mempelajari berbagai keunikan individu bahkan berbagai emosi manusia, sehingga dirasa mahasiswa dapat mengamalkan ilmu yang sudah dimilikinya.

Dari berbagai penelitian yang sudah ada berhubungan dengan kebahagiaan seperti dari Yulinda Rahma Nur Azizah berjudul “Hubungan Antara Kebersyukuran Dan Kebahagiaan Pada Guru Pendidikan Anak Usia Dini” memiliki beberapa saran untuk mengembangkan kebahagiaan yaitu untuk lebih mengevaluasi alat ukur serta penelaahan kembali sesuai kondisi objek penelitian (Azizah, 2018). Sedangkan dari penelitian Toto Abdulloh berjudul “Gambaran Tingkat Kebahagiaan Mahasiswa Psikologi” memiliki saran melakukan penelitian yang lebih mendalam lagi mengenai kebahagiaan pada mahasiswa dengan memberikan penambahan pada faktor-faktor yang membuat mereka bahagia dan alasan, serta menambahkan subjek menjadi setiap angkatan (Abdulloh, 2018) dan menurut Diviana Maharani berjudul “Tingkat Kebahagiaan (*Happiness*) Pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Yogyakarta” memiliki saran mengembangkan kembali instrumen dan mencoba skala kebahagiaan pada objek yang berbeda.

Oleh karena itu penelitian ini dimaksudkan untuk melengkapi berbagai kekurangan dari penelitian sebelumnya yang mencontohkan mahasiswa tersebut masih memiliki pengalaman emosional negatif berupa rasa takut dan putus asa, karena masih ada mahasiswa yang belum mampu menentukan jalan hidup. Selain itu, beberapa siswa mengalami kehilangan konsentrasi karena jauh dari rumah, sehingga aktivitas tidak selalu optimal dan membayangi keadaan keluarga. Dalam edisi ini, siswa menggambarkan keluarga sebagai salah satu pemicu utama kebahagiaan, yang mengarah pada pikiran negatif yang mengarah pada kecemasan yang berlebihan. Siswa lain juga tidak nyaman, mengklaim bahwa orang tua mereka memarahi mereka karena jarang pulang. Siswa ini merasa lebih nyaman dengan teman-temannya.

1.2 Rumusan Masalah Penelitian

Mahasiswa adalah individu dalam tahap awal perkembangan orang dewasa. Jika seorang individu mengalami transisi dari masa remaja ke masa dewasa awal dan dari sekolah menengah ke perguruan tinggi, diasumsikan bahwa mahasiswa akan dapat membuat keputusan sendiri selama periode ini (Santrock, 2010). Melanjutkan dari (Pryor et al., 2019), mahasiswa kini ditemukan lebih stres dan tertekan dari sebelumnya. Hal ini mungkin disebabkan oleh kenyataan bahwa siswa sering ditantang oleh tugas-tugas instruktur dalam kuliah. Ketidakpuasan selama proses perkuliahan dapat menimbulkan stres serta mahasiswa yang kurang terlatih nantinya mendapat tekanan dari tugas-tugas yang ada. Mahasiswa yang stres cenderung tidak puas dengan peningkatan stres yang disebabkan oleh tekanan pada dirinya. Schiffrin & Nelson, 2010 menunjukkan bahwa siswa yang stres cenderung kurang bahagia. Mahasiswa yang saat ini tidak puas dengan pekerjaan kuliah sebagai beban dapat memahami bahwa mereka stres dan tidak bahagia.

Kebahagiaan sendiri membawa banyak manfaat bagi kehidupan manusia, termasuk kehidupan sosial, pekerjaan, dan interaksi keluarga. Orang yang bahagia cenderung mengendalikan diri dan mengatasi situasi negatif (McCabe et al., 2011). Orang yang bahagia membuatnya mudah ketika berhadapan dengan orang lain dan lingkungan baru. Oleh karena itu, kebahagiaan diakui sebagai hal yang sangat penting dalam proses belajar. Dalam kebahagiaan, setiap masalah baik penyelesaian tugas atau magang, dipandang sebagai tantangan daripada beban yang menakutkan. Seperti yang dijelaskan oleh (Argyle, 2001), kebahagiaan juga dapat menjadi penghalang stres mengurangi keputusan dan depresi.

Rizki Utama Nendar Illahi, 2022

PROFIL KEBAHAGIAAN MAHASISWA BIMBINGAN DAN KONSELING

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

Oleh karena itu dapat dimaklumi bahwa kegembiraan proses pembelajaran berdampak positif bagi keberlangsungan pendidikan mahasiswa. Peneliti menganggap penelitian penting karena belum banyak penelitian sebelumnya yang mengkaji kebahagiaan mahasiswa program studi bimbingan dan konseling khususnya mahasiswa baru angkatan 2018 dan 2019. Peneliti menganggap penelitian ini penting untuk dilakukan karena bisa memberikan gambaran perasaan mahasiswa baru, selain itu juga dengan adanya penelitian ini diharap hasil yang didapat bisa digunakan sebagai salah satu acuan dalam pembuatan metode pembelajaran yang

sesuai dan cocok dengan para mahasiswa. Supaya mahasiswa melakukan proses pembelajaran merasakan kebahagiaan. Sedangkan hikmah yang bisa diambil dari penelitian ini adalah bisa mengetahui gambaran umum dari profil kebahagiaan mahasiswa prodi bimbingan dan konseling angkatan 2018 dan 2019.

Adapun rumusan masalah berdasarkan identifikasi dan latar belakang masalah adalah sebagai berikut:

- 1) Seperti apa profil kebahagiaan pada mahasiswa prodi bimbingan dan konseling angkatan 2018 dan 2019
- 2) Bagaimana rumusan action plan bimbingan dan konseling untuk pengembangan kebahagiaan?

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan dalam penelitian kali ini tentunya terdiri dari dua tujuan yang akan menjadi fokus utama bagi peneliti agar dapat mengetahui dan mempelajari hasil yang akan didapatkan, berikut ialah tujuan umum yang didalamnya terdapat maksud dari keseluruhan penelitian serta tujuan khusus untuk memperjelas setiap aspek dari kebahagiaan. Tujuan umum penelitian adalah memperoleh data empirik tentang kebahagiaan mahasiswa prodi bimbingan dan konseling Universitas Pendidikan Indonesia. Tujuan khusus penelitian, yaitu mendeskripsikan secara empirik mengenai gambaran kebahagiaan pada mahasiswa prodi bimbingan dan konseling angkatan 2018 dan 2019 dan gambaran program kebahagiaan mahasiswa prodi bimbingan dan konseling.

1.4 Manfaat Penelitian

Penelitian kebahagiaan mahasiswa program bimbingan dan konseling tentu memiliki manfaat penelitian baik secara teoritis untuk menambah wawasan keilmuan serta manfaat praktis yang terdiri dari manfaat teoretis dan praktis untuk menambah pengalaman serta pembelajaran dari penelitian yang dilakukan.

1) Manfaat Teoretis

Secara teoretis penelitian dapat menambah wawasan keilmuan dan penelitian dalam bimbingan dan konseling mengenai kebahagiaan mahasiswa prodi bimbingan dan konseling.

2) Manfaat Praktis

Adapun manfaat praktis penelitian, yaitu sebagai berikut

- 1) Bagi Dosen bimbingan dan konseling, penelitian diharapkan dapat membantu dalam menyelenggarakan layanan bimbingan dan konseling berkaitan dengan kebahagiaan mahasiswa.
- 2) Penelitian dapat dijadikan referensi untuk penelitian-penelitian selanjutnya.

1.5 Struktur Organisasi Skripsi

Struktur organisasi penelitian skripsi ialah rancangan sistem yang menjadi landasan penyusunan skripsi dari awal sampai akhir sesuai dengan pedoman karya tulis ilmiah Universitas Pendidikan Indonesia tahun 2019 yang terdiri dari lima bab, yaitu sebagai berikut.

Bab I Pendahuluan, merupakan bab awal yang terdiri atas latar belakang penelitian didalamnya memuat dasar-dasar penelitian atau urgensi sehingga penelitian layak untuk dilakukan didukung dengan berbagai penelitian yang sudah ada, identifikasi dan rumusan masalah menjadi hal penting sehingga penelitian untuk mengungkap masalah yang terjadi, tujuan penelitian dilakukan agar terdapat maksud yang jelas sehingga penelitian dapat berjalan, manfaat peneltiandan struktur skripsi.

Bab II Konsep Kebahagiaan (*happiness*), merupakan pemaparan teori-teori mengenai konsep dewasa awal karena mahasiswa termasuk kedalam rentang usia perpindahan dari remaja akhir ke dewasa awal sehingga dijelaskan mengenai konsep tersebut, kebahagiaan atau dikenal juga dengan *happiness* merupakan

pokok pembahasan utama dalam penelitian ini yang memuai berbagai, faktor kebahagiaan serta berbagai teori yang menguatkan faktor tersebut, bimbingan dan konseling serta penelitian yang relevan.

Bab III Metode Penelitian, terdiri dari pendekatan dan desain penelitian menggunakan pendekatan deskriptif kuantitatif untuk memperjelas hasil penelitian, partisipan, populasi dan sampel merupakan mahasiswa program studi bimbingan dan konseling angkatan 2018 dan 2019 yang berjumlah 182 mahasiswa, instrumen penelitian menggunakan modifikasi skala Likert, uji kelayakan instrumen dijudgmen oleh dosen bimbingan dan konseling, kisi-kisi instrumen setelah uji kelayakan, prosedur penelitian dan analisis data.

Bab IV Hasil Penelitian dan Pembahasan, memaparkan hasil analisis data yang telah diperoleh sebagai jawaban atas rumusan masalah sehingga penelitian dapat lebih jelas dan mudah untuk dipahami oleh pembaca, implikasi bimbingan dan konseling dari penelitian dapat menjadi gambaran umum untuk meningkatkan setiap kebahagiaan mahasiswa, serta keterbatasan penelitian dilakukan karena dirasa masih kurang sempurna sehingga peneliti selanjutnya dapat memperbaiki kekurangan dari penelitian yang sudah ada.

Bab V Simpulan dan Rekomendasi, merupakan bab akhir yang memaparkan simpulan dari penelitian kebahagiaan mahasiswa program studi bimbingan dan konseling sehingga menjadi mudah untuk dipahami dan rekomendasi dari hasil penelitian yang dilakukan ialah cara agar penelitian selanjutnya dapat menyempurnakan