

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Permasalahan

Daerah Istimewa Yogyakarta atau biasa disingkat DIY merupakan salah satu provinsi di negara Indonesia yang terletak pada pulau Jawa. Daerah Istimewa Yogyakarta sering dijuluki sebagai Kota Pelajar bagi Pendidikan dan memiliki adat budaya yang sangat kental. Menurut Putri dan Kiranantika (2020) menyatakan bahwa perilaku masyarakat Daerah Istimewa Yogyakarta masih kental dengan nilai norma dalam budaya Jawa, Hal tersebut dapat dibuktikan masyarakat Yogyakarta yang masih memegang menggendong erat aturan dan kepercayaan Jawa. Menurut Lestari (2016) menyatakan Daerah Istimewa Yogyakarta memiliki predikat terbaik dalam kategori Pendidikan Instansi Formal, Hal ini dapat dibuktikan dari perguruan tinggi negeri (PTN) dan perguruan tinggi swasta (PTS) memiliki kualitas yang baik dalam menciptakan lulusan yang bermanfaat untuk masa depan sesuai dengan program studi yang ditempuh. Ada beberapa macam kategori perguruan tinggi yang terletak di Yogyakarta seperti Sekolah tinggi, Institut, Politeknik, Akademik dan universitas.

Menurut Putri dan Kiranantika (2020) meyakini bahwa Daerah istimewa Yogyakarta memiliki kualitas perguruan tinggi yang baik. Menurut Vidyanindita, Agustin dan Setyanto (2017) menyatakan banyak Perguruan tinggi yang terletak di Yogyakarta, melahirkan penerus Bangsa Indonesia yang menimba di pendidikan yang lebih tinggi lagi di Perguruan tinggi. Penerus bangsa Indonesia ini sering

disebut sebagai Mahasiwa. Mahasiswa merupakan seorang pelajar yang sedang menempuh pendidikannya di jenjang perkuliahan. Mahasiswa dengan jenis kelamin perempuan disebut dengan mahasiswi. Mahasiswi memiliki tahapan perkembangan dari tahapan remaja menuju tahapan dewasa awal. Menurut data dari BAPPEDA DIY pada tahun 2023, jumlah pelajar dan mahasiswa-mahasiswi di DIY berjumlah 638,435 jiwa.

Menurut Vidyanindita, Agustin dan Setyanto (2017) menyatakan bahwa individu akan menemukan berbagai macam hal baru ketika memasuki jenjang pendidikan sarjana seperti perbedaan sistem belajar, perbedaan pendapat, perbedaan suku, ras dan latar belakang seseorang. Hal tersebut dapat mempengaruhi kebahagiaan mahasiswi. Mahasiswi merupakan seorang remaja perempuan yang sedang beradaptasi menjadi seseorang yang dewasa, oleh karena itu banyak perubahan kehidupan dan kebiasaan diri yang dapat mempengaruhi kebahagiaannya. Kebahagiaan merupakan tujuan utama yang dimiliki oleh semua manusia sepanjang hidupnya. Kebahagiaan merupakan suatu hal yang penting didalam kehidupan setiap manusia tanpa adanya batasan usia dan jenis kelamin. Seligman (2005) berpendapat kebahagiaan merupakan suatu perasaan yang muncul dalam tingkat positif yang akan mendorong seseorang untuk melakukan berbagai tindakan yang positif. Menurut Prabowo dan Laksmiwati (2020) menyatakan bahwa pentingnya memiliki rasa kebahagiaan, rasa bersyukur ketika menghadapi suatu masalah agar memiliki prespektif pandangan dalam kehidupan yang lebih positif. Menurut Tobing, Sitorus, Simbolon dan Manullang (2020) berpendapat apabila setiap individu memiliki pandangan pribadi dalam mengetahui hal yang

dapat meningkatkan kebahagiaan diri karena individu yang dapat mengerti setiap perjalanan yang dilewati dalam mencapai tingkat kebahagiaan yang diinginkan.

Seligman (2005) menyatakan kebahagiaan memiliki arti kepuasan didalam hidup atas pencapaian diri. Seligman (2005) juga menyatakan apabila tingkat kebahagiaan dapat diukur dengan melihat kepuasan diri setiap individu. Menurut Ahmad, dkk (2021) berpendapat jika kebahagiaan dapat terjadi ketika seseorang tidak menggantungkan hidupnya kepada orang lain, Namun dengan memiliki cara pandang yang positif terhadap kehidupan untuk memiliki perasaan bersyukur dalam meningkatkan kebahagiaan. Setiap individu memiliki kebahagiaan yang berbeda-beda tergantung dari sudut pandang setiap individu. Menurut Danty (2016) berpendapat bahwa dukungan sosial yang sebaiknya diterima oleh individu adalah membuat individu merasa tenang, aman, diperhatikan, dicintai, timbul rasa percaya diri dan kompeten. Menurut Jannah, Putra, Nurudin dan Situmorang (2019) menyatakan bahwa mahasiswa yang bahagia adalah mahasiswa yang dapat menyesuaikan dirinya didalam lingkungan universitas. Kebahagiaan berdampak pada pikiran individu untuk dapat berfikir secara positif dan optimis. Menurut Imania, Hartanti dan Muttaqin (2019) mengungkapkan bahwa individu yang bahagia menjadi lebih produktif dan efisien dalam melakukan pekerjaannya. Dengan adanya kebahagiaan, individu lebih mudah menyesuaikan dirinya dalam menghadapi suatu permasalahan dan mencapai tujuan kehidupannya untuk masa depan individu. Dari penelitian yang dilakukan Menurut Jannah, Putra, Nurudin dan Situmorang (2019) berpendapat bahwa ada beberapa sumber kebahagiaan mahasiswa yaitu jika badan sehat akan mudah untuk melakukan aktivitas, Memiliki

rasa bersyukur akan merasa cukup, keluarga yang rukun menjadi salah satu sumber kebahagiaan mahasiswa. Tidak semua individu memiliki kebahagiaan yang tinggi ketika memiliki segalanya, rasa bersyukur yang akan mempengaruhi kebahagiaan seseorang.

Ada beberapa cara dalam meningkatkan kebahagiaan diri individu. Menurut Jannah, Putra, Nurudin dan Situmorang (2019) menyatakan bahwa kebahagiaan yang didapat dengan cara negatif akan mengurangi rasa kebahagiaan terhadap individu yang menyebabkan kebahagiaan datang sementara. Kebahagiaan yang bersifat sementara hanya akan menimbulkan rasa gelisah didalam diri individu. Kebahagiaan yang rendah dapat mengakibatkan kehidupan sosialnya dapat terganggu dan sulit untuk melakukan penyesuaian diri dengan lingkungan sekitar. Menurut Jannah, Putra, Nurudin dan Situmorang (2019) dampak buruknya individu dapat merasakan ketergantungan hingga memunculkan suatu depresi ketika individu tidak dapat memenuhi keinginannya. Apabila individu merasa tidak bahagia dalam jangka waktu yang panjang dapat menyebabkan kegagalan dalam memahami diri sendiri dan kehidupan sosialnya. Adapun Menurut Tobing, Sitorus, Simbolon dan Manullang (2020) berpendapat jika mahasiswa yang tidak dapat menyelesaikan permasalahan yang sedang dihadapi akan berpengaruh pada penurunan kebahagiaan dan rendahnya tingkat kebahagiaan.

Kebahagiaan pada dasarnya keinginan seluruh individu, namun pada kenyataannya tidak semua kebahagiaan dapat dicapai dengan mudah sehingga banyak individu yang berusaha mencari cara dalam menemukan kebahagiaan yang tepat untuk diri sendiri. Menurut Patnani (2012) menyatakan perempuan lebih

terlihat emosional ketika sedang berbahagia maupun ketika tidak bahagia. Pengalaman negatif di masa lalu dapat menimbulkan penurunan tingkat kebahagiaan yang dapat memunculkan rasa cemas.

Menurut Seligman (2005) Mahasiswa yang memiliki tingkat kebahagiaan yang tinggi akan berpengaruh terhadap kehidupan sosialnya, ada beberapa faktor yang membuat mahasiswa memiliki tingkatan emosi positif yang lebih tinggi. Menurut Seligman (2005) ada salah satu faktor yang dapat mempengaruhi kebahagiaan yaitu lingkungan, Lingkungan akan kehidupan seseorang bisa menjadi lebih baik ataupun lebih buruk. Namun menurut Seligman (2005) riset yang dilakukan oleh Warner Wilson pada tahun 1967 orang yang berbahagia adalah seseorang yang memiliki uang, sehat, memiliki agama, berpendidikan dan memiliki lingkungan kehidupan yang baik.

Diperkuat dengan hasil wawancara yang dilakukan dengan lima subjek. Dua mahasiswi menyebutkan bahwa memiliki perasaan cemas pada diri yang tinggi menimbulkan perasaan khawatir dalam bertemu dengan orang-orang baru yang berada pada lingkungan perkuliahannya dan lebih memilih untuk melakukan seluruh kesehariannya secara sendiri. Tiga mahasiswi lain memiliki kurang percaya diri pada lingkungan perkuliahannya karena sulit dalam melakukan penyesuaian diri dengan mahasiswi lain. Sulit dalam menyesuaikan diri menyebabkan mahasiswi tidak mudah untuk bersosialisasi dan kurangnya dukungan sosial pada lingkungan universitas. Hal tersebut disebabkan oleh beberapa masalah seperti kurang support dari keluarga, keluarga yang kurang perhatian dan memiliki masa lalu yang kurang menyenangkan.

Dari kelima subjek ini memiliki tiga diantaranya memiliki kesenangan jika melakukan aktivitas yang tidak berhubungan dengan perkuliahannya namun ketiga subjek ini tetap mengingat kewajibannya sebagai seorang mahasiswi yang wajib menyelesaikan kuliahnya untuk menjadi seorang sarjana, karena ketiga subjek tersebut tidak ingin mengecewakan orang tuanya. Seiring berjalannya waktu, kedua subjek ini memiliki kelompok pertemanan yang positif dan saling support sehingga perasaan cemas pada kedua subjek tersebut rendah. Setelah menjalani aktivitas sebagai seorang mahasiswi, kelima subjek tersebut tetap bisa menyesuaikan diri pada lingkungan didukung dengan lingkungan dan pertemanannya positif yang dapat mengurangi perasaan kurang percaya diri dan perasaan cemas menjadi lebih rendah.

Kelima subjek berkata bahwa jika tidak didukung dari lingkungan dan pertemanannya yang positif, subjek akan semakin merasakan cemas yang tinggi dan semakin tidak percaya diri karena kelima subjek kurang mendapatkan perhatian dari orang tua. Menurut Jannah, Putra, Nurudin dan Situmorang (2019) perasaan kurang nyaman dan bertemu dengan kelompok yang berbeda dapat meningkatkan perasaan cemas yang dapat menyebabkan turunnya keinginan untuk bersosialisasi pada lingkungan perkuliahan. Dampak yang timbul ketika mahasiswi memiliki perasaan cemas yaitu perubahan dalam tingkat kebahagiaan individu.

Menurut penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Abdulloh (2018) diketahui bahwa pada kebahagiaan mahasiswa memiliki persentasi hampir sama yaitu 50,5% dengan kategori kebahagiaan tinggi dan 49,5% dengan kebahagiaan kategori rendah artinya mahasiswa masih belum bisa mengendalikan perasaan dan

emosinya sepenuhnya, sehingga secara tidak langsung mahasiswa merasa kurang bahagia pada lingkungan baru. Sementara pada dimensi kepuasan hidup tingkat kebahagiaan mahasiswa sebesar 51,5% kategori tinggi dan 48,5% untuk rendah. Menurut penelitian terdahulu oleh Maharani (2015) diperoleh kesimpulan bahwa mahasiswa perempuan FIP UNY memiliki tingkat kestabilan emosi dibawah mahasiswa laki-laki. Diungkap oleh Seligman (2005) perempuan memiliki kehidupan emosional lebih tinggi dibanding dengan laki-laki.

Berdasarkan uraian diatas bahwa kebahagiaan memiliki pengaruh yang besar terhadap kehidupan individu termasuk mahasiswi. Mahasiswi memiliki tingkatan kebahagiaan yang berbeda dan adanya transisi dari dunia remaja menuju dewasa dapat mempengaruhi kebahagiaan mahasiswi. Mahasiswi yang beradaptasi kepada lingkungan baru dengan mudah, akan meningkatkan kebahagiaannya. Mahasiswi yang sulit untuk bersosialisasi dan beradaptasi dengan lingkungannya akan menimbulkan tingkat emosi negatif yang tinggi dan memunculkan stress.

Sehingga peneliti tertarik melakukan penelitian tentang tingkat kebahagiaan mahasiswi Yogyakarta. Mahasiswi yang berkuliah di Yogyakarta memiliki perbedaan berbagai macam latar belakang, ras, suku, budaya setiap mahasiswi yang dapat menjadi sebuah topik yang menarik untuk mengetahui bagaimana tingkat kebahagiaan mahasiswi Yogyakarta

B. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana tingkat kebahagiaan pada mahasiswi yang berkuliah di Yogyakarta.

C. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan bisamenjadi suatu kajian pada penelitian selanjutnya dalam menambah teori kebahagiaan untuk dapat melihat tingkat kebahagiaan mahasiswi Yogyakarta

2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan ilmu pengetahuan baru tentang kebahagiaan mahasiswi dan memberikan motivasi terhadap kehidupan sosial yang baik.

D. Pertanyaan Penelitian

1. Bagaimana tingkatan kebahagiaan mahasiswi yang berkuliah di Yogyakarta?