**STUDI KASUS MENGENAI MAKNA KEBAHAGIAAN MAHASISWA RANTAU**

***CASE STUDY ON THE MEANING OF HAPPINESS OF REGIONAL STUDENTS***

**Zulman Al Qadri**

**Universitas Mercu Buana Yogyakarta**

**Abstrak**

Penelitian in bertujuan untuk mengungkapkan makna kebahagiaan pada mahasiswa merantau. Subjek dalam penelitian ini adalah 3 orang mahasiswa yang merantau. Teknik pengambilan subjek dalam penelitian ini adalah wawancara mendalam dan observasi yang meliputi observasi ketika wawancara. Berdasarkan keseluruhan pembahasan dapat disimpulkan bahwa ketiga partisipan memiliki kebahagiaan yang tinggi yang mengacu pada aspek Andrew dan Mc Kennel (dalam Yanuar, 2012) yang terdiri dari afektif dan kognitif. Dan juga ditambahkan dengan Kesehatan. Pada aspek afektif bahwa hubungan sosial dapat mempengaruhi kebahagiaan. Dalam hal ini, hubungan sosial terkait dengan pertemanan dan 3 subjek memperoleh pertemanan yang dapat berpengaruh terhadap kebahagiaannya. Pada aspek kognitif bahwa kepuasan kehidupan merupakan dominan varians yang dimana keuangan adalah sumber varians kehidupan. Ketiga subjek memperoleh keuangan yang berbeda-beda dalam mencapai kebahagiaan. Dan Kesehatan pada subjek bahwa ketika sakit mereka banyak dukungan dan juga support buat menjalani kehidupan ditanah rantau.

Kata Kunci : Studi Kasus, Kebahagiaan, Mahasiswa Rantau

***Abstract***

*The research aims to reveal the meaning of happiness to wander students. The subject in this study was 3 students who wander. The subject-taking techniques in this study were in-depth interviews and observations that included observations during interviews. Based on the overall discussion can be concluded that the three participants have a high happiness that refers to the aspects of Andrew and Mc Kennel (in Yanuar, 2012) consisting of affective and cognitive. And also added to health. On the affective aspect that social relations can affect happiness. In this case, social relations relate to friendship and 3 subjects gained friendships that could affect his happiness. On the cognitive aspect that the satisfaction of life is the dominant variance whereby the finances are the source of life variances. The three subjects obtained financial differences in achieving happiness. And health on the subject that when they hurt a lot of support and also support to live a life in the region.*

*Keywords: Case Study, Happiness, region student*

**PENDAHULUAN**

Merantau diartikan sebagai suatu jenis migrasi yang dibatasi oleh keenam kriteria yang disebutkan di atas merantau berasal dari kata rantau ialah kata benda yang berarti dataran rendah atau daerah aliran sungai, jadi biasanya terletak dekat ke-atau bagian dari daerah pesisir. Merantau umumnya dilakukan karena berbagai alasan antara lain yaitu harapan yang akan ditemukan hidup lebih baik di daerah rantau, keadaan yang diidam-idamkam selama berada di perantauan. Migrasi diidentikan dengan kata merantau yang sudah dikenal dan dilakukan sejak dulu kala, dimana manusia selalu berpindah dari suatu tempat ketempat lain. Perpindahan ini ada di lakukan perorangan maupun kelompok (Naim, 2012)

Mahasiswa rantau adalah individu yang tinggal di daerah lain untuk menuntut ilmu di perguruan tinggi dan mempersiapkan diri dalam pencapaian suatu keahlian jenjang perguruan tinggi diploma, sarjana, magister atau spesialis (KBBI, 2016). Menjadi seorang mahasiswa rantau tentunya dibutuhkan suatu penyesuaian baru terhadap beberapa hal yaitu ketidakhadiran orang tua, sistem pertemanan dan komunikasi yang berbeda dengan teman baru, penyesuaian dengan norma sosialisasi warga setempat, dan gaya belajar yang berbeda (Hutapea, 2006).

Berbagai situasi tersebut dinilai sebagai stresor oleh para mahasiswa rantau (Hutapea, 2006). Mahasiswa rantau adalah mahasiswa yang menempuh pendidikan di luar dari daerah asal. Mahasiswa biasanya merantau karena didorong oleh faktor pendidikan (Naim, 2012). Faktor pendidikan dapat berupa keinginan untuk melanjutkan studi, menambah ilmu pengetahuan, mencari pengalaman atau keterampilan dan kurangnya fasilitas pendidikan di daerah asal.

Mahasiswa yang memutuskan untuk merantau dari daerah asalnya harus bisa menjadi individu yang mandiri. Mahasiswa sudah tidak lagi tinggal bersama orang tua, sehingga orang tua sudah tidak lagi bisa terus menerus mengontrol dan mengurus segala kebutuhan mahasiswa seperti saat masih tinggal serumah. Oleh karena itu, individu harus bisa mengelola hidup selama merantau. Seperti dalam hal akademik, mahasiswa harus bisa mengelola jam belajar, jadwal mengerjakan tugas dengan mempertimbangkan *deadline* dan tugas lainnya, serta mengelola kegiatan disamping kuliah agar tidak mengganggu jadwal kuliah, jam belajar dan jam istirahat (Widihapsari, 2016).

Ketidakmampuan mahasiswa dalam menyelesaikan masalah memunculkan perasaan kurang bahagia, sehingga berpengaruh terhadap kehidupan yang sedang dijalaninya (Widihapsari, 2016).. Semakin banyak masalah yang tidak mampu diselesaikan, maka semakin rendah tingkat kebahagiaan yang akan dirasakan mahasiswa. Ketidakmampuan menyelesaikan masalah dan tingkat rendahnya kebahagiaan akan berdampak positif dan negatif pada mahasiswa dalam mengelola emosi. Carr (2004) yang menyatakan bahwa kebahagiaan merupakan keadaan psikologis yang positif dan ditandai dengan adanya tingkat kepuasan hidup yang tinggi, tingkat afek positif yang tinggi, dan tingkat afek negatif yang rendah.

Emosi merujuk kepada suatu perasaan dan pikiran-pikiran yang khas, suatu keadaan biologis dan psikologis dari serangkaian kecenderungan individu untuk bertindak. Terdapat dua macam emosi ditinjau dari pengaruh yang dihasilkan, yaitu emosi positif dan emosi negatif. Emosi yang negatif tergambarkan oleh perasaan takut, sedih, marah, ketidaksukaan dan perasaan negatif lainnya, Emosi negatif yang dialami mahasiswa banyak dalam bentuk emosi seperti perasaan negatif terhadap sesorang. sedangkan emosi positif sebaliknya (Seligman, 2005). Salah satu bentuk emosi positif adalah kebahagian. Kebahagian memberikan efek yang positif pada manusia. Puspitorini (2012) menyampaikan bahwa kebahagiaan merupakan suatu keadaan pikiran atau perasaan kesenangan dan ketentraman hidup secara lahir dan batin yang bermakna untuk meningkatkan fungsi diri.

Bahagia adalah perasaan ideal yang diinginkan oleh setiap manusia. Oleh karena itu individu saling berlomba untuk memperoleh kebahagiaan. King dkk (Argyle, 2001) mengemukakan bahwa kebahagiaan dan makna hidup yang dinilai sebagai lebih penting daripada uang dalam menghasilkan kehidupan yang baik, lebih dari kebaikan moral dan bahkan lebih daripada pergi ke surga. Dengan kata lain kebahagiaan merupakan suatu hal yang penting untuk dimiliki dibandingkan uang maupun kebaikan yang telah dilakukan indivdiu.

Mulai banyaknya penelitian mengenai tingkat kebahagiaan, merupakan suatu tanda bahwa kebahagiaan sangat mempengaruhi kehidupan individu. Badan Pusat Statistik (BPS) merilis indeks kebahagiaan masyarakat Indonesia pada tahun 2017. Indeks Kebahagiaan Indonesia tahun 2017 berdasarkan hasil Survei Pengukuran Tingkat Kebahagiaan (SPTK) sebesar 70,69 pada skala 0–100. Indeks Kebahagiaan Indonesia tahun 2017 merupakan indeks komposit yang disusun oleh tiga dimensi, yaitu Kepuasan Hidup (*Life Satisfaction*), Perasaan (*Affect*), dan Makna Hidup (*Eudaimonia*). Kontribusi masing-masing dimensi terhadap Indeks Kebahagiaan Indonesia adalah Kepuasan Hidup 34,80 persen, Perasaan (*Affect*) 31,18 persen, dan Makna Hidup (*Eudaimonia*) 34,02 persen.

Aspek-aspek di atas pada dasarnya merupakan turunan dari tiga jenis nilai yang oleh Frankl (dalam Naisaban, 2004) diyakini bisa menjadi sumber kehidupan yang bermakna, yaitu meliputi: nilai-nilai kreatif atau berkarya (*Creative Values*), nilai-nilai penghayatan (*Experiential Values*) dan nilai-nilai bersikap (*Attitudinal Values*), serta ditambah dengan satu jenis nilai yang dikemukakan oleh Bastaman (2007), yaitu nilainilai pengharapan (*Hopeful Values*).

Kebahagiaan pada mahasiswa dapat diperoleh melalui pemenuhan kebutuhan serta tugas perkembangannya. Mahasiswa yang bahagia adalah mahasiswa yang mampu menerima segala apa yang dimiliki dengan emosi yang positif. Selain itu, mahasiswa yang bahagia merupakan individu yang mampu menyesuaikan diri dengan dirinya sendiri serta lingkungan. Mahasiswa yang mampu menempatkan diri antara kebutuhan dengan harapan yang ada. Mahasiswa sebagai individu dewasa awal berada pada masa transisi dari masa remaja ke dewasa. Pada masa transisi ini mahasiswa dihadapkan oleh banyak perubahan yang dapat mengganggu upaya untuk mendapatkan kebahagiaan. Oleh sebab itu, mahasiswa harus mampu menyesuaikan diri terhadap segala perubahan di lingkungan. Individu yang mampu menyesuaikan diri dan mampu berinteraksi dengan baik pada akhirnya mempengaruhi kebahagiaan pada masa dewasa awal (Rita Eka Izzaty, dkk; 2008).

Nilai indeks masing-masing dimensi Indeks Kebahagiaan adalah sebagai berikut: (1) Indeks Dimensi Kepuasan Hidup sebesar 71,07; (2) Indeks Dimensi Perasaan (Affect) sebesar 68,59; dan (3) Indeks Dimensi Makna Hidup (Eudaimonia) sebesar 72,23. Seluruh indeks dimensi diukur pada skala 0–100. Dalam indeks kebahagian yang dikeluarkan badan pusat statistik (BPS), Orang yang menyebutkan bahwa orang Indonesia bahagia dalam menjalani kehidupannya ditunjukkan dengan poin 70,69. Artinya tingkat kebahagiaan orang Indonesia tersebut berada pada kategori bahagia, yang berarti semakin banyak masyarkat Indonesia bisa memaknai kebahagian dirinya sendiri.

Dalam mendapatkan suatu perasaan yang bahagia, tak jarang individu melakukan berbagai cara. Seligman (2005) menjelaskan bahwa pada kenyataannya individu menginginkan emosi positif, namun sering memilih jalan pintas imajiner yang tak terhingga banyaknya untuk merasa bahagia, seperti melalui narkotika, cokelat, seks tanpa cinta, berbelanja, masturbasi, dan televisi. Kebahagiaan yang diperoleh dengan cara tersebut hanya bersifat sementara, sehingga tidak akan menimbulkan kebahagiaan yang seutuhnya. Kegiatan-kegiatan tersebut menimbulkan ketergantungan atau bahkan dapat menimbulkan depresi.

Berdasarkan wawancara singkat peneliti pada salah satu subjek yang mengalami permasalahan dalam kehidupan merantaunya dalam mencari ilmu di daerah perantauannya, subjek terlihat biasa saja seperti mahasiswa lain pada umumnya, pergi kuliah mengerjakan tugas dan berkumpul (nongkrong) seperti mahasiswa yang lainnya. Ketika dilakukan wawancara mendalam ternyata banyak permasalahan yang perantau hadapi ketika pertama kali menginjakan kaki di tanah perantauan. Mulai dari permasalahan kultur budaya yang berbeda, berusaha hidup mandiri, mengatur keuangan sampai masalah percintaan. Seharusnya segala permasalahan di atas dapat ia selesaikan ketika masih bersama keluarga. Masalah yang dihadapi oleh subjek penelitian yaitu tidak terpenuhinya aspek-aspek kebahagiaan. Berdasarkan aspek-aspek di atas Pada subjek kedua adalah mantan mahasiswa dari sebuah univeritas swasta di Yogyakarta, subjek kedua hanya bertahan 3 semester. Dari hasil wawancara singkat yang dilakukan peneliti dengan subjek kedua, ia mengatakan bahwa banyak hal yang membuat ia tidak betah di Yogyakarta, pertama ia mengatakan tidak bisa bertahan karena hidup di rantau sangatlah berat, yang biasanya apabila ada masalah selalu ada orangtua, keadaan keuangan yang buruk selama 1 tahun lebih, tingkat stress yang tinggi. Subjek mengatakan selama di daerah rantau atau di Yogyakarta, awalnya bahagia namun semakin lama semakin terasa berat.

Kebahagiaan sebagai emosi positif yang didapat melalui jalan pintas akan mengurangi nilai kebahagiaan itu sendiri. Jalan pintas tersebut membuat individu menjadi pribadi yang lain. Seperti yang diungkapkan oleh Seligman (2005) yaitu jika emosi positif yang terpisah dari penggunaan karakter akan mengarah pada kepalsuan, kehampaan, depresi dan sejalan dengan semakin menuanya manusia, ada kesadaran yang mengusik hati yaitu berupa kegelisahan sepanjang hayat manusia. Kebahagiaan yang semu tersebut dapat mengakibatkan kegelisahan bagi individu dalam menjalani kehidupan

Makna dari kebahagiaan pada tiap individu terkait dengan bentuk kepuasan yang di kehendaki tiap-tiap individu. Menurut Eddington dan Shuman, (2005) yang menjelaskan bahwa frekuensi dari kejadian yang positif memiliki korelasi dengan afek positif. Misalnya seseorang yang sering mengalami kejadian yang menurutnya menyenangkan bagi dirinya, maka orang tersebut cenderung memiliki tingkat kebahagiaan yang tinggi.

Setiap orang tua menginginkan anaknya bahagia di rantau, orang tua memahami hal yang harus dipenuhi untuk kebutuhan anaknya selama di perantauan. Contoh uang kiriman bulanan serta komunikasi yang dapat dilakukan agar anak terkontrol dan bahagia, namun pada kenyataannya subjek peneliti tidak seperti itu dan cenderung keterbalikannya.

Kurangnya kebahagiaan membuat individu terlihat murung dan seperti mengucilkan diri dari lingkungan sekitar. Individu menjadi mudah curiga, suka menyendiri, dan defensif berfokus pada kebutuhan diri sendiri, sedangkan mementingkan diri sendiri lebih merupakan karakteristik kesedihan daripada kebahagiaan (Seligman, 2005). Kurangnya kebahagiaan yang dialami individu mengakibatkan kepribadian dan kehidupan sosial terganggu.

Melihat fenomena di atas membuat peneliti tertarik untuk mengetahui apakah ada sesuatu yang membuat mahasiswa dapat merasakan kebahagian dan bagaimana mahasiswa memaknai kebahagian di perantauan. Berdasarkan uraian diatas, maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui suatu hal yang dapat memenuhi kebahagiaannya dan mengetahui makna kebahagian bagi mahasiswa rantau. Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat membawa manfaat, baik secara teoritis maupun praktis, yaitu Peneliti dapat menjadi bahan studi kasus untuk mengembangkan teori – teori yang sudah ada, selain itu diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan penelitian dalam mencari makna kebahagian pada mahasiswa rantau. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi mahasiswa yang sulit atau tidak tahu hakikat kebahagian dan kepada orang tua mahasiswa bahwa kebahagian mahasiswa itu seperti apa. Dan dapat melakukan penelitian selanjutnya pada mahasiswa yang merantau.

**Metode Penelitian**

Menurut Leo (2013), dalam penelitian kualitatif, peneliti akan mengumpulkan, menganalisis serta mengintepretasi data yang berbentuk narasi dan visual untuk mendapat pemahaman yang mendalam dari sebuah fenomena. Metode kualitatif dalam penelitian ini digunakan untuk mampu mengkaji, melihat, merasakan dan memahami peristiwa atau kejadian yang dialami secara langsung berdasarkan penelitian lapangan. Fokus penelitian ini studi kasus dimana peneliti telah mendapatkan 3 subjek peneliti merupakan mahasiswa dan mahasiswi. Peneliti mengunakan metedologi penelitian ini pada studi kasus untuk mengetahui bagaimana seorang individu mahasiswa memakanai kehidupannya di rantau, tujuan utama merantau untuk menuntut ilmu atau belajar, sehingga gagal atau menyerah pada keadaannya. Hal tersebut yang membuat peneliti menggunakan studi kasus bukan fenomologi, karena peneliti memiliki pertanyaan apakah setiap mahasiswa pasti akan dipengaruhi oleh lingkungan yang membuat individu ini tetap bertahan atau menyerah dari tujuan utamanya yaitu belajar dan menuntut ilmu. Metode pengumpulan pada penelitian merupakan observasi dan wawancara dan subjek dalam penelitian ini adalah tiga dan informan dalam penelitian ini adah tiga.

**Hasil dan Pembahasan**

Kebahagaian adalah suatu perasaaan yang dapat dialami oleh semua orang, namun cara orang untuk memperoleh kebahagian itu berbeda-beda tergantung bagaimana seseorang mempersepsikan kebahagiaan tersebut. Ada yang mengatakan apabila telah memiliki banyak uang maka dapat merasa bahagia, atau akan bahagia apabila telah memiliki mobil pribadi, ada pula yang mengatakan bahwa bahagia ketika memperoleh segala keinginan. Kebahagiaan orang yang satu dengan lainnya relatif berbeda, karena sudut pandang menilai dan mengindikatorkan kebahagiaan tersebut dengan cara yang berbeda (Harmaini & Yulianti, 2014).

Mahasiswa yang masih dalam tahap perkembangan remaja tentu pernah merasakan suatu kebahagiaan selama proses panjang kehidupannya. Namun kebahagiaan sebenarnya bukanlah semata kebalikan dari rasa sedih, kecewa atau hal yang berhubungan rasa tidak enak yang dialami seseorang. Apa yang dirasakan mahasiswa tentu tidak hanya berkutat pada masalah rasa senang atau tidak senang, bahagia atau sedih, tapi apakah rasa resebut dirasakan sesuatu yang dapat mempengaruhi diri sebelum atau sesudah suatu peristiwa. Tujuan utama dari pendekatan ini adalah untuk menciptakan ilmu pengetahuan yang lebih teliti, sistematis, universal yang secara teoritis maupun empiris dapat dibuktikan (Kim et al, 2006).

Seseorang dikatakan memiliki kebahagiaan yang tinggi jika mereka merasa puas dengan kondisi hidup mereka, sering merasakan emosi positif dan jarang merasakan emosi negatif, selain itu kebahagiaan juga dapat timbul karena adanya keberhasilan individu dalam mencapai apa yang menjadi dambaannya, dan dapat mengolah kekuatan dan keutamaan yang dimiliki dalam kehidup-an sehari-hari, serta dapat merasakan sebuah keadaan yang menyenangkan (Diener dan Larsen dalam Edington, 2005).

Merantau merupakan kegiatan yang dilakukan oleh seseorang yang meninggalkan kampung halamannya atas kemauan sendiri dalam jangka waktu yang telah ditentukan dan dengan tujuan mencari penghidupan, menuntut ilmu atau mencari pengalaman. Para perantau yang pergi ke daerah lain dengan tujuan menuntut ilmu atau mencari pengalaman pada umumnya adalah mahasiswa.

Santrock (2007) menyatakan fenomena mahasiswa perantau umumnya bertujuan untuk meraih kesuksesan melalui kualitas pendidikan yang lebih baik pada bidang yang diinginkan. Fenomena ini juga dianggap sebagai usaha pembuktian kualitas diri sebagai orang dewasa yang mandiri dan bertanggung jawab dalam membuat keputusan.

Seseorang merantau diputuskan oleh dirinya sendiri. Ada yang pada awalnya ingin merantau dan ada yang tidak. Ketidak inginan merantau juga dapat membuat seseorang tidak keluar dari zona amannya selama ini. Hal ini yang dialami oleh SN yang awalnya dirinya tidak ingin merantau karena masalah umur. Akan tetapi, saran dari orangtua menyuruh untuk merantau maka dirinya memutuskan untuk merantau. Awalnya SN memutuskan untuk merantau ke bandung tetapi orangtua tidak setuju akan hal itu. Tetapi ketika SN membritahu bahwa dirinya akan kuliah di jogja dan orangtua setuju akan hal tersebut.

Berbeda halnya dengan PS, PS ingin merantau dan memilih untuk kuliah di UI (Universitas Indonesia). Setiap orang berhak memilih kota mana yang ingin ditinggal dan universitas mana yang diinginkan sesuai dengan keinginan dirinya. Akan tetapi, PS lolosnya di UPN Yogyakarta jurusan Teknik Kimia. Hal ini membuatnya tetap Bahagia walaupun UI tidak diterima setidaknya dirinya masih keterima di UPN. Hal ini menyatakan bahwa walaupun kita tidak bisa mendapatkan apa yang kita iniginkan, tetapi ketika tujuan lain itu memiliki kualitas bagus dan baik dapat berpengaruh terhadap diri sendiri dan kebahagiaan.

HP memandang jogja sebagai kota ternyaman dan murah. HP betah dijogja karena dirinya merasa bahwa jogja itu murah dan juga. Kenyaman pada diri seseorang akan berpengaruh terhadap kebahagiaannya. Orang merasa betah dan nyaman karena adanya kesesuaian dalam dirinya. Dan itulah yang di alami HP bahwa dirinya nyaman dan betah untuk dijogja kuliah walaupun itu swasta.

Latar belakang setiap mahasiswa berbeda-beda. Bahwa ketika seseorang memenuhi apa yang diingkan maka tujuan tersebut dapat tercapai. Dalam hal ini, kebahagiaannya juga terpenuhi.

Kebahagiaan pada mahasiswa memiliki beragam damapak. Seligman (2005) menjelaskan bahwa kebahagiaan bisa membantu individu memperluasa sumber-sumber intelektual, fisik dan kehidupan bersosial. Kebahagiaan yang dirasakan mahasiswa bisa membantu merka dalam mengelola keinginan dan kebutuhan mereka sendiri.Selain itu, kebahgiaan yang dimiliki mahasiswa bisa membantu mereka dalam penyelesaian tugas-tugas yang dihadapai. Kebahagiaan pada mahasiswa dapat diperoleh melalui pemenuhan kebutuhan serta tugas perkembangan. Mahasiswa yang bahagia adalah mahasiswa yang mampu menerima segala sesuatu yang dialami dengan perasaan dan emosi positif. Sedangkan unutk mahaiswa yang kurang bahagia cenderung memiliki kepribadian yang kurang sehat. Kepribadian yang kurang sehat membuat mahasiswa rentan mengalami depresi sebagai akibat dari kurangnya kebahagiaan.Mahasiswa jadi sering menyendiri dan murung, sehingga dalam sosialnya terganggu. Mahasiswa menjadi tidak dapat berempati dengan diri sendiri maupun orang lain. Selain itu juga mengakibatkan terganggunya pencapaian tugas perkembangan pada masa dewasa awal dan masamasa selanjutnya (Maharani, 2015).

Mahasiswa sebagai individu dewasa dini telah dianggap mampu dalam membuat keputusan untuk menjalani kehidupannya. Hal tersebut sesuai dengan perkembangannya secara pribadi maupun sosial yang semakin matang. Mahasiswa yang mampu membuat keputusan seharusnya mampu melaksanakannya dengan baik, karena keputusan yang dibuat dianggap telah sesuai dengan kemampuan dan harapan. Pada kenyaataanya, tidak semua dapat melaksakana keputusan tersebut dengan baik, atau bahkan memunculkan kegagalan akibat keputusan tersebut yang dapat mengakibatkan ketidakbahagiaan.

Kebahagiaan merupakan dambaan setiap manusia. Emosi positif ini memberikan efek yang menenangkan serta membantu pembentukan kepribadian yang sehat (Seligman, 2005). Kebahagiaan merupakan kesenangan dan ketenteraman hidup secara lahir dan batin. Kebahagiaan dapat diraih melalui pemenuhuan kebutuhan dan harapan setiap manusia. Oleh karena itu, individu rela bekerja keras untuk mendapatkan kebahagiaan. Banyak cara yang dapat dilakukan untuk merasa bahagia.

Setiap mahasiswa memiliki sumber kebahagiaan. Sumber kebahagiaan pada setiap mahasiswa berbeda-beda. Sumber kebahagiaan pada mahasiswa mengacu pada Aspek kebahagiaan yaitu Afektif dan Kognitif dan ditambah dengan Kesehatan.

Sumber kebahagiaan pada etiap individu sangat berbeda. Hal itu dikarenakan kebahagiaan ditentukan oleh penilaian subjektif dari masing-masing individu (Myers & Diener, 1995). Ketika seseorang merasa bahagia, ia akan merasakan perasaan kegembiraan dan kedamaian yang berkaitan dengan afek positif (Baumgardener & Crothers, 2010). Afek positif dapat menimbulkan perasaan aktif dan energik sehingga dapat membuat lebih produktif (Veenhoven dalam Utami, 2009). Mahasiswa yang memiliki tingkat kebahagiaan tinggi akan merasa puas akan hubungan sosial yang dimilikinya (Diener & Seligman, 2002).

Hubungan sosial dalam hal ini terkait dengan pertemanan. Setiap partisipan memenuhi aspek afektif yang dimana memiliki pertemanan didalam perantauan. Setiap mahasiswa yang merantau mengalami fase yang dimana terkait dengan permasalahan pertemanan baik lawan jenis atau pun sesama jenisnya. Bagi partisipan, pertemanan merupakan hal yang terpenting dalam hidup. Dalam hal ini, bahwa Pertemanan merupakan hubungan dua individu yang menghabiskan banyak waktu bersama, berinteraksi dalam segala kondisi dan saling memberikan dukungan emosi (Baron & Branscombe, 2012).

Pertemanan yang baik akan mempengaruhi terhadap kebahagiaannya. Hal ini yang dialami SN. SN merupakan tipe orang yang selow yang dimana dengan dirinya santai dan tidak membawa beban maka dirinya akan memperoleh kebahagiaan. Dalam mencari pasangan atau pun pertemanan yang baik tidak perlu banyak pikiran. Hal ini dikarenakan bahwa hubungan pertemanan adalah hasil dari suatu hubungan formal dan suatu tingkat permulaan di dalam perkembangan suatu pertemanan yang baik (Fauziah, 2014).

Berbeda halnya dengan PS, bahwa memiliki pertemanan yang solid memperoleh kebahagiaan. Pertemanan yang baik dapat membawa kebahagiaan. Hal ini dinyatakan bahwa Kekuatan hubungan dalam suatu pertemanan merupakan tingkatan dimana seseorang melakukan interaksi bersama teman dan berpikir bahwa teman tidak dapat digantikan dengan orang lain (Nursyahrurahmah, 2018). Pertemanan yang akrab, solid dan baik akan mempengaruhi psikologis seorang mahasiswa. Ketika memperoleh pertemanan yang baik maka mahasiswa jauh lebih Bahagia dalam menghadapi masalah yang ada pada perantauan.

Dalam hal ini, memiliki pertemanan baik dapat berdampak pada penyesuaian dirinya. Ketika penyesuaian diri baik maka akan berpengaruh pada pertemanannya. Sebaliknya ketika kurang penyesuaian dalam dirinya maka akan berpengaruh pada pertemananya. Dalam hal ini, HP mengalami kurangnya penyesuaian diri dalam merantau. Hal ini dikarenakan dirinya merasa bahwa ketika kurangnya pertemanan yang berbeda daerah dan hanya berteman pada daerah nya sendiri saja maka akan berpengaruh terhadap kebahagiaannya.

HP menggangap bahwa penyesuaian diri akan pertemanan penting buat kebahagiaan pada mahasiswa. Maka, petemanan memiliki peranan dalam membantu individu dalam menjalani proses kehidupan (Cavanaugh & Blanchard-Fields, 2006). Selain itu juga, memperkaya perkembangan diri, dan memberikan kenyamanan secara personal, dukungan, serta bimbingan (Bergsma, Poot, & Liefbroer, 2008). Individu yang sedikit memiliki teman cenderung memiliki tingkat kesejahteraan psikologis yang rendah, gangguan psikologis, resiko tingkat kematian yang tinggi, serta mempengaruhi tingkat prestasi akademiknya (Aiken, 2002). Berdasarkan uraian diatas, bahwa aspek afektif berpengaruh pada partisipan. Hal ini dikarenakan bahwa pertemanan merupakan salah satu terkait dengan aspek afektif. Maka dari itu, aspek afektif terpenuhi oleh partisipan.

Pada aspek kognitif, yaitu kepuasan dalam variasi dominan kehidupan. Menurut Diener, dkk (dalam Carr, 2004), kebahagiaan dapat muncul akibat kepuasan pada diri sendiri, keluarga, teman sebaya, kesehatan, keuangan, pekerjaan, dan waktu luang. Keuangan merupakan salah satu sumber kepentingan bagi kehidupan mahasiswa rantau. Keuangan sangat berkaitan dengan kesejahteraan individu. Secara pribadi, keuangan sangat penting dalam kehidupan sehari-hari (Yushita, 2017).

Keuangan merupakan suatu kepuasan dan juga kebahagiaan pada setiap orang. Hal ini dinyatakan bahwa setiap manusia pada dasarnya berusaha untuk mencapai dan menginginkan kebahagian dalam hidupnya. Kebahagiaan merupakan suatu hal yang penting dalam kehidupan tanpa melihat batas usia seseorang (Angriyani & Hayati, 2014). Salah satu faktor yang mempengaruhi kebahagiaan seseorang adalah keuangan. Hal ini sejalan dengan Eddington & Shuman (dalam Putri, 2009) yang menyebutkan domain kehidupan dalam memperoleh kebahagiaan, yang meliputi diri sendiri, keluarga, waktu, kesehatan, keuangan, dan pekerjaan

Masalah keuangan yang dialami pada perantau adalah hal yang sensitif. Hal ini sesuai dengan pernyataan dari Harmaini & Yulianti (2014) bahwa Kebahagiaan orang yang satu dengan lainnya relatif berbeda, karena sudut pandang menilai dan mengindikatorkan kebahagiaan tersebut dengan cara yang berbeda. Maka, masing-masing dari partisipan memiliki masalah terkait keuangan yang berbeda-beda. Pada subjek SN, SN merasa bahwa dengan bekerja maka dapat mengurangi beban orangtua dan hal itu akan membuatnya Bahagia. Bekerja sambal kuliah dapat mengurangi beban orangtua akan tetapi dapat membuatnya keteteran. Tetapi, ini tidak dialami oleh SN. SN mampu bekerja dan mengontrol waktunya dalam merantau.

Hal ini sesuai pernyataan PS bahwa tanpa uang maka dirinya tidak Bahagia, hal ini sesuai dengan pernyataan dari Harmaini & Yulianti (2018) bahwa ketika seseorang memiliki banyak uang maka dapat merasa bahagia, atau akan bahagia apabila telah memiliki banyak uang, ada pula yang mengatakan bahwa bahagia ketika memperoleh segala keinginan. Keuangan merupakan sumber kebahagiaan seorang anak perantau. Maka, memiliki uang dapat memenuhi kebutuhan pada mahasiswa. Mahasiswa merantau memiliki uang perbulan untuk memenuhi kebutuhan mereka.

Uang merupakan salah satu kebutuhan setiap orang karena berdasarkan dari penyataan shohib (2015) bahwa uang dapat mempengaruhi seseorang untuk berpikir dan bertindak secara irrasional. Maka, ketersediaan uang untuk memenuhi kebutuhan hidup atau untuk meningkatkan kualitas hidup bahkan untuk melakukan tindakan prevensi yang lain dapat dilakukan dengan membuat uang sebagai kebutuhan dasar bagi seseorang (Cosma dan Pattarin, 2010). Pada partisipan HP, HP menggangap bahwa uang adalah kebutuhan mahasiswa rantau. Karena tanpa uang dirinya tidak puas dan akan berpengaruh pada kebahagiaannya.

Setiap mahasiswa, kesehatan adalah merupakan hal yang utama. Hal ini dinyatakan oleh setiap partisipan yang berbeda-beda. Kesehatan menjadi salah satu perhatian yang dapat mempengaruhi kebahagiaan. Menurut World Health Organization (WHO) kesehatan adalah suatu keadaan sehat yang utuh secara fisik, mental, dan sosial serta bukan hanya merupakan bebas dari penyakit. Pada Partisipan SN, SN pernah mengalami sakit selama merantau. Pada awalnya SN pernah mengalami sakit tetapi adanya dukungan orangtua dapat membuat SN Bahagia. Bagi SN, Dukungan orangtua dapat membawa kebahagiaan pada dirinya. Menurut Saurasan (dalam Zaenuddin, 2002), dukungan orangtua adalah keberadaan, kesedihan, kepedulian, dari orangorang yang dapat diandalkan, menghargai dan menyayangi kita. Dukungan orangtua membuat SN mampu menjalani hidupnya dalam merantau.

Bagi PS, yang mengatakan bahwa dirinya hanya sakit pilek biasa saja. SN tidak pernah memberitahukan ke orangtua nya. PS tidak ingin menyulitkan dirinya, hal ini menunjukkan bahwa PS mampu mandiri disaat situasi seperti ini. Hal ini dinyatakan bahwa kemandirian adalah kemampuan anak untuk tidak tergantung pada bantuan orang lain dalam merawat dirinya secara fisik, dalam membuat keputusan secara emosi dan dalam berinteraksi dengan orang lain secara sosial (Tassoni, 2002). Kemandirian pada diri SN dapat membawa dirinya Bahagia.

Hal ini berbeda dengan partisipan HP bahwa HP sakit tetapi juga pernah mengalami kecelakaan. Ketika HP sakit, orangtua dari HP khawatir. Tetapi orangtua selalu mendoakan HP agar cepat sembuh. Hal ini sesuai dengan pernyataan HP bahwa Dukungan dari Orangtua dapat membuat HP cepat sembuh. Hal ini menunjukkan bahwa kesehatan dan dukungan orangtua sangat berkaitan pada kebahagiaan seseorang. Hal ini dibuktikan dari penyataan HP bahwa Ketika orangtua khawatir akan membuat dirinya cepat sembuh.

Kebahagiaan adalah tujuan bagi setiap manusia. Kebahagiaan adalah sesuatu hal yang menyenangkan, suka cita, membawa kenikmatan serta tercapainya sebuah tujuan. Kebahagiaan pada tiap orang memang berbeda, karena kebahagiaan adalah hal yang subjektif. Kebahagiaan tiap individu berbeda satu sama lain meskipun mengalami kejadian yang sama. Kebahagiaan pada tiap individu tergantung pada pemaknaan dan memahami kebahagiaan (Lukman, 2008). Menurut Seligman (2005) bahwa memahami kebahagiaan diperlukan sebuah kekuatan dan kebajikan yang dipahami oleh masing-masing personal.

Ada dua faktor yang mempengaruhi kebahagiaan yaitu Faktor internal dan juga Faktor eksternal. Faktor internal yang mempengaruhi kebahagiaan pada diri subjek seperti kepuasaan dalam hidupnya, penerimaan diri, motivasi serta keyakinan yang ada pada dirinya. Kepuasaan yang ada dalam hidupnya terdiri dari memperoleh keuangan, sahabat, pacar dan juga dapat membahagiakan orang terdekatnya. Individu yang mampu membahagiakan orang terdekatnya akan meningkatkan rasa kebahagiaannya, Selain itu juga adanya nya penerimaan diri. Ketika diri individu mampu menerima apa yang ada didalam dirinya dapat membentuk kebahagiaan yang ada dalam dirinya. Selain penerimaan diri, motivasi serta keyakinan diri dapat meningkatkan rasa kebahagiaan dalam dirinya. Individu yang mampu meningkatkan rasa bahagia ditandai dengan adanya motivasi dan juga keyakinan dalam dirinya.

Selain internal, faktor eksternal yang mempengaruhi diri individu adalah lingkungan dan juga dukungan sosial. Ketika individu memperoleh lingkungan yang baik dan juga lingkungan yang mendukung maka akan meningkatkan rasa kebahagiaan nya. Hal ini menunjukkan bahwa memperoleh teman dan juga motivasi dari lingkungannya akan mempengaruhi rasa kebahagiaannya. Selain itu dukungan sosial seperti teman, pacar, orangtua juga mempengaruhi kebahagiaan. Ketika orang terdekat memberikan dukungan dan juga doa pada diri individu, maka akan membuatnya jauh lebih bahagia karena dirinya merasa bahwa ada yang mendukung dan juga medoakannya.

**KESIMPULAN DAN SARAN**

Kebahagiaan yang dialami mahasiswa merantau terkait dengan keuangan, pertemanan dan juga kesehatan. Keuangan berkaitan dengan adanya uang yang dimiliki. Pertemanan yaitu dukungan dari teman dapat membuat seorang mahasiswa jauh lebih bahagia. Pada kesehatan yang dimana setiap mahasiswa mengalami sakit dan pada akhirnya sembuh karena adanya dukungan dari orang sekitar dan kemandirian.. Hasil wawancara dan observasi yang telah dilakukan, dapat diketahui bahwa mahasiswa dengan yang memiliki kebahagiaan dapat membuat dirinya jauh lebih tenang. Setiap partisipan memiliki makna kebahagiaan yang berbeda-beda. Pada partisipan SN, bahwa mengurangi beban orangtua dan memiliki penghasilan merupakan suatu kebahagiaan dalam dirinya, pertemanan yang baik dapat membuat dirinya jauh Bahagia. Dukungan orangtua disaat mengalami kesulitan selama merantau seperti misalnya sakit yang dapat membuat dirinya jauh lebih bahagia. Berbeda dengan PS yang dimana kemandirian adalah hal yang terpenting dalam mencapai kebahagiaan, demikian dengan pertemanan yang dimana merupakan hal terpenting dalam perantau. Mandiri dalam hal kesehatan, keuangan dan pertemanan dapat membuat partisipan jauh lebih bahagia. Pada partisipan HP bahwa uang merupakan suatu kebutuhan yang dimana dapat meningkatkan kebahagiaan. Selain itu, bahwa dengan adanya penyesuaian diri didalam perantauan dapat meningkatkan rasa kebahagiaan dalam diri partisipan. Dukungan orangtua dapat membuat dirinya jauh Bahagia yang dimana perhatian dan rasa khawatir mereka merasa bahwa partisipan diperdulikan sama orangtua.

Saran-saran dalam penelitian ini adalah Mahasiswa merantau dapat meningkatkan kebahagiaan dalam dirinya dengan selalu berpikir positif, mandiri, terima keadaan dan juga membuat dirinya bisa dalam menghadapi masalah yang ada dalam perantauan.Peneliti selanjutnya, diharapkan bisa lebih mengembangkan landasan teori-teori dari para ahli. Selain itu juga lebih menggali permasalahan yang dialami oleh mahasiswa sehingga ada penelitian lanjutan yang berupaya dapat meningkatkan kebahagiaan pada mahasiswa rantau lainnya. Selain itu juga, untuk penelitian selanjutnya dituntut untuk menambah subjek penelitian lebih banyak agar bisa menggali terkait kebahagiaan selain kesehatan, keuangan, dukungan orangtua dan lainnya.

## **DAFTAR PUSTAKA**

Abu, A & Munawar, S. (2005). Psikologi Perkembangan Edisi Revisi. Jakarta: Rineka Cipta.

Agustian, A G. (2004). ESQ Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosi dan Spiritual. Jakarta: Arga.

Anggoro, W. J., dan Widhiarso, W. (2010). Konstruksi dan Identifikasi Properti Psikometris Instrumen Pengukuran Kebahagiaan Berbasis Pendekatan Indigenous Psychology: Studi Multitrait‐Multimethod. *Jurnal Psikologi 37*(2): 176-188.

Argyle, M. (2001). *The Psychologi of Happiness*. Sussex : Routledge.

Argyle, M. (2013). *The psychology of happiness*. Routledge.

Bagir, H. (2006). Buku Saku Filsafat Islam. Bandung: Mizan.

Bastaman, H.D. (1995). Integrasi Psikologi dengan Islam, Menuju Psikologi Islami,Yogyakarta, Pustaka Pelajar.

Carr, A. (2004). Positive Psychology. The Science of Happiness and Human Strengths. New York: Brunner Routledge.

Departemen Agama RI. (2005). Al-Qur’an dan Terjemahnya. Jakarta: Proyek Pengadaan Penulisan Kitab Suci. Departemen Pendidikan Nasional. (2005). Kamus Besar Bahasa Indonesia (Edisi Ketiga). Jakarta: Balai Pustaka.

Desfia, M. (2013). Gambaran Kebahagiaan Anak Jalanan. Jurnal: *Jurnal Psikologi* (Vol 1, No 1). Hlm. 65-72.

Elfida, D., Lestari, Y.I., D, A., A R., Islami, S. (2014). Hubungan Baik Dengan Orang yang Signifikan dan Kontribusinya Terhadap Kebahagiaan Remaja Indonesia. *Jurnal Psikologi 10*(2): 66-73.

Fuad, M. (2015). Psikologi kebahagiaan manusia. *KOMUNIKA: Jurnal Dakwah Dan Komunikasi*, *9*(1), 114-132.

Maikel J. (2014). BPS: Mayoritas Orang Indonesia Hidup Bahagia. pada tanggal Diakses tanggal 24 April 2014 dari <http://finance.detik.com/read/2014/04/17/072848/2557726/4/1/bps-mayoritas-orang-indonesia-hidup-bahagia>.

Muslim, M. D & Fuad, A. (2007). Religiusitas dan kebahagiaan otentik (*autenthic happiness*) Mahasiswa*. Jurnal Psikologi Proyeksi.* Vol 2,

Naim, M. (2012). *Merantau : Pola Migrasi Suku Minangkabau*. Jakarta : PT Raja Grafindo Persada.

Seligman, M.E.P. (2005). *Menciptakan kebahagiaan dengan Psikologi Positif.* Bandung: Penerbit Mizan.

Sentanu, E. (2007). *Quantum ikhlas: teknologi aktivasi kekuatan hati*. Elex Media Komputindo.

Wulandari, S., & Widyastuti, A. (2014). Faktor-Faktor Kebahagiaan di Tempat Kerja. *Jurnal Psikologi 10*(1): 49-60.

Puspitorini, Y W. (2012). Tingkah Laku Prososial dan Kebahagiaan. Skripsi Publikasi: Universitas Katolik Soegijapranata.