

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Dewasa ini kemajuan teknologi berkembang dengan pesat, dan salah satu bidang yang memiliki andil akan hal tersebut adalah pendidikan. Sebagaimana yang disampaikan oleh Tanis (2013) bahwa bidang pendidikan telah membawa dampak yang sangat luas dalam berbagai aktivitas umat manusia terutama dalam menghadapi era yang serba maju. Salah satu penggerak dibidang pendidikan adalah mahasiswa. Mahasiswa merupakan siswa yang belajar pada perguruan tinggi (Depdiknas, 2012). Santrock (2012) menyebutkan seorang mahasiswa mendapatkan tuntutan yang lebih berat serta adanya berbagai perubahan sistem pendidikan yang dirasakan, seperti dituntut untuk lebih aktif dan menentukan pilihan sendiri terutama untuk urusan akademiknya serta mampu beradaptasi dalam kondisi apapun dalam pembelajarannya. Namun, saat ini dunia sedang menghadapi sebuah wabah kesehatan yang mengancam kesehatan masyarakat dunia yakni pandemi covid-19 (Santoso, 2020).

WHO (2020) telah menyatakan bahwa virus *corona* merupakan kondisi darurat global, mengubah tatanan yang ada dalam masyarakat dan memberikan efek psikologis kepada masyarakat ini dikarenakan pandemi COVID-19 memberikan tekanan di semua aspek pada masyarakat. Berbagai perubahan terjadi disegala bidang seperti pendidikan, pekerjaan dan sosial, dimana segalanya dilakukan secara daring atau tidak ditempat

yang sama (*online*), sebagaimana yang dipaparkan oleh Rinaldi & Yuniasanti (2020) yakni Pandemi COVID-19 tergolong sebagai kejadian luar biasa, sehingga efek yang ditimbulkan juga besar yang mencakup berbagai aspek karena diterapkannya beberapa aturan, seperti *physical distancing*, Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB), bekerja dirumah (*Work From Home*) yang diatur oleh pemerintah. Kebijakan-kebijakan tersebut diatur dalam Surat Edaran Nomor 36603/A.A5/OT/2020 tanggal 15 maret 2020 dan Pelaksanaan Pendidikan Dalam Masa Darurat *Coronavirus Disease (COVID-19)* yang diatur dalam Surat Edaran Nomor 4 Tahun 2020 tentang oleh kementerian atau pemerintah (www.kemdikbud.go.id).

Dampak dari kebijakan di masa pandemi COVID-19 dirasakan oleh semua elemen masyarakat, yakni mengurangi interaksi dan kegiatan antar individu dan kelompok (Siahaan, 2020). Mahasiswa sebagai salah satu bagian dari masyarakat yang terdampak pandemi juga mengalami hal ini, dimana mereka tidak dapat melakukan aktivitas belajar seperti biasanya yakni di kelas atau di ruang lingkup universitas, melainkan melakukan pembelajaran secara daring (*online*) di tempat tinggal masing-masing (Rosa,2020). Pembelajaran daring selama COVID-19 sendiri menurut penelitian Argaheni (2020) memiliki dampak negatif kepada mahasiswa yaitu mengakibatkan kebingungan, mengalami stress, mengalami penumpukan informasi atau konsep belajar yang kurang bermanfaat serta membuat mahasiswa menjadi pasif, kurang produktif dan kreatif. Pendapat Argaheni juga didukung oleh Rayan (2020) bahwa pada masa pandemi COVID-19 salah satu aspek yang terdampak adalah kebahagiaan, ini dikarenakan akibat yang ditimbulkan oleh pandemi itu sendiri seperti, terbatasnya

interaksi individu, kejenuhan, kesepian dan bahkan bagi seorang pelajar menyebabkan kurangnya pemahaman terhadap pembelajaran. Hal tersebut sesuai dengan dengan survei pra-penelitian yang dilakukan peneliti pada tanggal 23 Oktober 2020 dengan media *Google Form* yang diisi oleh 105 responden yang merupakan mahasiswa untuk mengetahui apa yang dirasakan mahasiswa selama masa pandemi covid-19, ditemukan bahwa sebagian besar responden merasa tidak bahagia selama pandemi ini berlangsung dengan persentasi sebesar 78,1% dari 105 responden.

Veenhoven (2012) mengatakan bahwa kebahagiaan adalah penilaian secara keseluruhan dari kualitas yang baik di setiap aspek kehidupan. Sependapat dengan Veenhoven, Noorrahman (2020) mengemukakan bahwa kebahagiaan merupakan evaluasi hidup yang dilakukan seseorang, mencakup segi afeksi dan kognitif. Kebahagiaan merupakan tujuan hidup individu yang dapat dicapai dengan membentuk persepsi positif terhadap segala sesuatu dalam kehidupannya dan diperjuangkan meskipun hambatannya seringkali diluar harapan individu tersebut (Maharani, Karini, & Agustin, 2015). Kebahagiaan dapat ditinjau dengan aspek kebahagiaan, seperti aspek kebahagiaan yang dikemukakan oleh Argyle (2001) yakni *Life Satisfaction* (Kepuasan Hidup) mencakup kepuasan individu terhadap kehidupannya, *Joy* (Kesenangan) mencakup senangnya individu dengan hidupnya, *Self-Esteem* (Harga Diri) mencakup pandangan individu terhadap kehidupannya, *Calm* (Ketenangan) mencakup tercapainya ketahanan mental yang kuat dalam hidupnya, *Control* (Kontrol) mencakup kontrol diri yang baik dalam kehidupan individu, dan *Efficacy* (Efikasi) mencakup tercapainya keinginan dan harapan individu. Peraturan yang diakibatkan pandemi

COVID-19 membuat aspek-aspek kebahagiaan seorang mahasiswa minim, sehingga dapat disimpulkan bahwa mahasiswa merasakan ketidak-bahagiaannya sebagaimana yang dikemukakan Rayan (2020) bahwa pada masa pandemi COVID-19 salah satu aspek yang terdampak adalah kebahagiaan dikarenakan terbatasnya interaksi individu, kejenuhan, kesepian dan bahkan bagi seorang pelajar menyebabkan kurangnya pemahaman terhadap pembelajaran.

Peneliti melakukan observasi dan wawancara yang dilakukan pada tanggal 20 Mei 2021 dengan 4 orang mahasiswa yang terdampak pandemi COVID-19, dengan *guide* wawancara dibuat berdasarkan enam aspek kebahagiaan menurut Argyle (2001) yaitu a) kepuasan individu terhadap kehidupannya, b) individu merasa senang dengan hidupnya, c) pandangan positif tentang kehidupannya, d) ketenangan individu dalam menghadapi hidupnya, e) kontrol diri yang baik dan f) tercapainya harapan individu. Berdasarkan pedoman wawancara yang sudah peneliti buat diperoleh data sebanyak 4 dari 4 mahasiswa yang terdampak pandemi covid-19 tersebut bersikap tidak sesuai atau bertolak belakang dengan aspek-aspek kebahagiaan yang mengindikasikan adanya permasalahan pada kebahagiaan mahasiswa di pandemi covid-19.

Pada aspek kepuasan individu terhadap kehidupannya menunjukkan bahwa mahasiswa merasakan sulit menerima keadaan pandemi covid-19 selama perkuliahan, karena keadaan perkuliahan yang tidak dapat praktek dan harus dilakukan secara daring sehingga tidak melakukan interaksi langsung. Pada aspek individu merasa senang dengan hidupnya menunjukkan bahwa mahasiswa juga merasa tidak senang dalam perkuliahan di masa pandemi karena merasa jenuh dengan perkuliahan daring. Pada

aspek pandangan positif tentang kehidupannya menunjukkan bahwa mahasiswa juga merasakan kurangnya perhatian dan dukungan yang biasa didapatkan selama perkuliahan dari lingkungannya dikarenakan terbatasnya interaksi selama pandemi dan perkuliahan daring. Pada aspek kontrol diri yang baik menunjukkan bahwa mahasiswa juga mudah merasa kurang percaya diri saat melakukan pembelajaran dimasa pandemi dikarenakan pembelajarannya lebih banyak dilakukan sendiri. Pada aspek ketenangan individu dalam menghadapi hidupnya menunjukkan bahwa mahasiswa merasa kesepian karena selama pandemi individu tidak dapat bertemu dengan teman yang memberikan mereka dukungan selama perkuliahan. Pada aspek tercapainya harapan individu menunjukkan bahwa mahasiswa juga merasakan hambatan dalam mencapai tujuannya dalam perkuliahan dikarenakan pandemi covid-19 yang meminimalisasi interaksi dengan lingkungan perkuliahan individu sehingga mereka tidak dapat mencapai beberapa target dalam perkuliahannya. Berdasarkan hasil wawancara tersebut dapat disimpulkan bahwa 4 dari 4 mahasiswa yang terdampak pandemi covid-19 terindikasi memiliki permasalahan mengenai kebahagiaan.

Banyak faktor yang mempengaruhi kebahagiaan (Rayan, 2020). Hal ini juga didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Lyubomirsky, Sheldon dan Schkade (2005) yang menemukan bahwa terdapat delapan faktor yang mempengaruhi kebahagiaan, yakni pekerjaan dan kualitas kerja, penghasilan, keterlibatan organisasi, keterlibatan dalam komunitas sosial, hubungan sosial, dukungan sosial, pernikahan dan kesehatan (fisik dan mental). Berdasarkan temuan tersebut, ditemukan bahwa terdapat hubungan yang kuat antara dukungan sosial dengan kebahagiaan seorang individu.

Menurut Sahrah dan Yuniasanti (2018) istilah dukungan sosial secara umum digunakan untuk mengacu pada penerimaan rasa aman, peduli, penghargaan atau bantuan yang diterima seseorang dari orang lain atau kelompok. Dukungan sosial juga dapat dilihat dari banyaknya kontak sosial yang terjadi atau yang dilakukan individu dalam menjalin hubungan dengan sumber-sumber yang ada di lingkungan, sebagaimana yang diungkapkan Andarini dan Fatma (2020) yang mengatakan dukungan sosial adalah sumber emosional, informasional, dan pendampingan bantuan yang didapatkan dari orang lain, khususnya keluarga dan teman. Pendapat tersebut juga didukung Sibua dan Silaen (2020) yang berpendapat bahwa dukungan sosial adalah dukungan yang bersumber dari orang terdekat, terutama keluarga dan teman yang dapat memberikan dorongan pada individu saat mengalami kesulitan dengan memberikan sebuah informasi maupun bantuan yang mempunyai efek positif bagi individu yang menerima. Mahasiswa selama pandemi COVID-19 diharuskan melakukan pembelajaran daring dan tidak melakukan tatap muka di wilayah universitas oleh pemerintah (www.kemdikbud.go.id).

Rayan (2020) mengatakan bahwa melakukan pembelajaran secara mandiri tersebut tentunya membingungkan dan sulit dipahami mahasiswa, sehingga menambah tekanan bagi mahasiswa tersebut tekanan yang banyak pada ini diri seorang mahasiswa ini akan membuatnya merasa tertekan dan jenuh sehingga membutuhkan dukungan dan motivasi dari lingkungan sosialnya. Menurut Sarafino (2011) terdapat empat aspek dari dukungan sosial yakni emosi, dukungan instrumental, dukungan informasi, dan dukungan penghargaan. Namun, dukungan sosial tersebut tidak didapatkan oleh

mahasiswa sebagaimana menurut Rosa (2020) terdapat mahasiswa yang tidak memperoleh dukungan sosial dari orangtua dan teman-temannya selama pandemi covid-19, seperti tidak diberikan dukungan untuk memenuhi kuota internet dan teman-teman yang berperilaku sedikit tidak peduli. Berdasarkan survei YoungMinds (2020) terhadap 2.036 responden yakni pemuda di masa pandemi covid-19, 83% responden berpendapat bahwa kondisi mereka yang sudah ada menjadi lebih buruk akibat penangguhan kegiatan pendidikan yang bersamaan dengan hilangnya rutinitas, dukungan dan hubungan sosial. Hal tersebut juga sesuai dengan hasil survei pra penelitian yang dilakukan peneliti secara *online* pada tanggal 23 Oktober 2020 dengan media *Google Form* yang diisi oleh 105 responden yang merupakan mahasiswa terdampak pandemi COVID-19, dan ditemukan bahwa sebagian besar responden merasa tidak puas dengan dukungan yang didapat selama pandemi ini berlangsung dengan persentasi sebesar 57,8 % dari 105 responden. Berdasarkan pemaparan tersebut dapat disimpulkan bahwa mahasiswa pada masa pandemi covid-19 terindikasi bahwa memiliki permasalahan mengenai dukungan sosial.

Dukungan sosial merupakan suatu hal yang penting dalam berbagai aspek kehidupan seorang manusia, dikarenakan manusia adalah makhluk sosial yang saling berhubungan satu dengan lainnya sebagaimana yang diungkapkan oleh Santoso (2020) bahwa dukungan sosial memiliki peran yang sangat penting untuk psikologis individu dalam menghadapi keadaan sulit seperti pandemi COVID-19. Dukungan sosial yang sesuai akan membantu individu untuk memenuhi kebutuhan saat mengalami kondisi yang sulit, individu akan menemukan cara yang efektif untuk keluar dari masalah dan

merasa dirinya dihargai serta dicintai sehingga akan meningkatkan kepercayaan pada dirinya untuk mampu menjalani kehidupan dengan lebih baik (Rahmatina, Nugrahaningrum, Wijayaningsih, & Yuwono, 2021).

Berdasarkan uraian diatas, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah ada hubungan antara dukungan sosial teman dan keluarga dengan kebahagiaan pada mahasiswa di masa pandemi COVID-19?

B. Tujuan dan Manfaat Penelitian

1. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan mengetahui apakah ada hubungan antara dukungan sosial teman dan keluarga dengan kebahagiaan pada mahasiswa di masa pandemi COVID-19.

2. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat secara teoritis dan secara praktis.

a) Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangansih bagi disiplin ilmu psikologi terutama bidang psikologi klinis dan bidang psikologi sosial. Terutama berkaitan hubungan antara kebahagiaan dengan dukungan sosial pada mahasiswa di masa pandemi covid-19.

b) Manfaat Praktis

Diharapkan penelitian ini mampu menjadi sumber informasi dan referensi baru mengenai dukungan sosial teman dan keluarga dan pentingnya hal tersebut untuk kebahagiaan seorang mahasiswa di masa pandemi covid-19.