

BAB I

PENDAHULUAN

1.1.Latar Belakang

Kebahagiaan merupakan kebutuhan dasar manusia untuk menjalani hidupnya, menurut riset dalam pengukuran Tingkat Kebahagiaan, Indeks Kebahagiaan di Indonesia pada 2021 naik 0,8 menjadi 71,49 dibanding 70,69 pada tahun 2017 (Badan Pusat Statistik, 2021). Permasalahan yang berhubungan tentang kesejahteraan atau *wellbeing* merupakan berkaitan dengan kebahagiaan, kepuasan, kualitas hidup, dan kegembiraan. Dengan dinamis nya kehidupan, *wellbeing* menjadi harus terus berkembang. Seiring perkembangan zaman para peneliti dalam bidang psikologi positif terus meneliti tentang *wellbeing* karena hakikatnya setiap manusia membutuhkan kesejahteraan, khususnya kebahagiaan. Dasar kebutuhan manusia ini menjadi sebuah acuan dalam penelitian-penelitian ilmiah dengan para ahli dan terus bermunculan mengenai *wellbeing* karena paradigma masyarakat mengenai perihal kebahagiaan dapat ditingkatkan oleh individu. Menurut Aristoteles, yang menciptakan kata "*Eudamonia*" ialah yang berarti sebuah kebahagiaan rasional atau hidup yang baik untuk memandang usaha pencapaian potensi individu sepenuhnya (Martela dan Sheldon, 2019). Salah satu tujuan akhir manusia adalah kebahagiaan karena kebahagiaan menimbulkan sebuah kepuasan dan kedamaian hidupnya. Kebahagiaan merupakan suatu perasaan yang dirasakan oleh individu yang merupakan luapan emosi, yang mana emosi tersebut berupa emosi positif. (Abdulloh, 2018) dan menurut Seligman (2005) kebahagiaan merupakan "segala hal baik perasaan maupun aktivitas dilakukan dan dirasakan seseorang yang berdasar pada emosi serta aktivitas yang bersifat positif".

Teori-teori dalam psikologi positif menjadi berkembang pesat dikarenakan persepsi tentang sebuah kebahagiaan semakin nyata di mata para ahli, diantaranya dalam konstruksi alat ukur psikologi mengenai kebahagiaan dan penelitian-penelitian yang berdasarkan pengalaman mengenai kebahagiaan. Seperti penelitian mengenai kebahagiaan yang dilakukan Anggoro dan Widhiarso (2010) tentang konstruksi dan identifikasi properti psikometris pada pengukuran kebahagiaan dengan konsep *Indigenous*, dalam penelitian tersebut menjelaskan mengenai psikometris serta menjelaskan bagaimana langkah konstruksi alat ukur kebahagiaan, secara lengkap. Konstruksi psikologis yang kuat yang memiliki unsur kontekstual salah satunya adalah kebahagiaan. Penelitian ini memberikan gambaran sesungguhnya pengukuran kebahagiaan pun harus dipertimbangkan kekhususannya dalam kelompok-kelompok tertentu yang akan diukur, lalu hasil dari pengukuran tersebut dapat semakin berlaku dan reliabel dalam properti psikometris.

Kebahagiaan menjadi topik yang menarik dalam penelitian di dunia psikologi dikarenakan memiliki dampak yang signifikan terhadap individu. Menurut Julianto, Cahayani, Sukmawati, & Aji (2020) kebahagiaan mampu meningkatkan kualitas kesehatan psikologis seseorang. Malkoç (2011) mengatakan bahwa seseorang yang menilai hidupnya berkualitas akan cenderung merasa puas dan bahagia dengan kehidupan yang dijalaninya. Kesehatan fisik dan mental (psikologis) berkontribusi tinggi terhadap penilaian diri seseorang tentang kualitas hidupnya. Menurut Smith, Avis, dan Assmann (1999) Kehidupan berkualitas mendorong individu menjadi terus menjalani hidupnya dengan baik dan terus membaik, penelitian-penelitian sebelumnya menemukan berbagai efek positif dari berbahagia, antara lain lebih rendah kemungkinannya untuk mengidap penyakit jantung koroner (Davidson, Mostofsky, & Whang, 2010), lebih rendah mengalami rasa sakit dalam penyakit kronis (Zautra, Johnson, & Davis, 2005) dan memiliki usia harapan hidup lebih panjang (Stephoe & Wardle, 2011).

Dalam kebahagiaan perlu adanya usaha untuk mewujudkannya, karena kebahagiaan adalah kebutuhan manusia yang patut diperjuangkan. Dengan adanya kualitas hidup dalam kehidupan manusia mampu memperpanjang masa hidupnya dengan lebih baik. Berikut faktor-faktor menurut Seligman (2005) yang dapat mempengaruhi kebahagiaan, faktor tersebut memiliki dua faktor yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Dalam faktor internal yaitu kepuasan masa lalu, optimisme terhadap masa depan, dan kebahagiaan pada masa sekarang. Faktor eksternal yang mempengaruhi kebahagiaan ialah kehidupan sosial, agama atau religiusitas, pernikahan, uang, dan kesehatan fisik.

Menurut Chaplin pada tahun 2009 kebahagiaan adalah kata yang sering kali digunakan oleh masyarakat daripada kata *subjective well-being*, istilah kebahagiaan digunakan karena lebih mudah dimengerti bahkan oleh individu yang masih kecil. Kebahagiaan adalah sebuah evaluasi berkenaan tentang hidup termasuk harapan mengenai hidup atau secara singkat didefinisikan sebagai keseluruhan apresiasi terhadap diri atau seberapa besar individu menyukai hidupnya. Kebahagiaan menurut Pavot dan Diener menyatakan bahwa kebahagiaan ialah menjadi model kesejahteraan yang dilihat secara subjektif yang bersumber pada penilaian kognitif sehingga berpengaruh pada seluruh persepsi terhadap kebahagiaan. Menurut Ryan dan Deci kesejahteraan atau kebahagiaan memiliki dua perspektif, yaitu *hedonic* (yang berkaitan dengan kesenangan atau kebahagiaan yang bersifat subjektif) dan *eudaimonia* ialah yang berkaitan dengan prinsip yang memiliki hakikat dari kebahagiaan. Hakikatnya setiap manusia menginginkan kebahagiaan, tetapi sering kali mereka memilih melakukan dengan hal praktis untuk mendapatkan sebuah bahagia. Kurangnya kebahagiaan membuat manusia akan terlihat murung sendiri dan sering menyendiri dari lingkungan sekitar. Jadi jika seorang mengalami ketidakbahagiaan maka berpengaruh pada kepribadian dan kehidupan sosial akan terganggu (Seligman, 2005).

Menurut Ananda (2021) kebahagiaan merupakan tenang, kepuasan, ketentraman batin, dan tidak adanya ketegangan. Dengan menemukan kebahagiaan perlu adanya aktivitas relaksasi, kegiatan ini meliputi banyak hal seperti yoga, berendam air hangat, memandang alam yang indah, dan yang paling sering dijumpai adalah rokok. Menurut penelitian dari Azizah (2019) mengatakan bahwa ketika subjek melakukan aktivitas merokok, subjek memiliki dampak yaitu merasa tenang, dan dapat melupakan masalah-masalah termasuk masalah yang dihadapi yaitu masalah yang ada di rumah. Merokok adalah sebuah aktivitas yang sudah terpolakan dan menjadi sebuah kebiasaan di masyarakat. Aktivitas merokok ini tidak mengenal tempat atau lingkungan, mencakup rumah, sekolah, kampus, kantor, restoran, bahkan di sarana transportasi umum. Perilaku merokok juga tidak pula mengenal usia dan status sosial, dari kalangan remaja sampai orang tua, kegiatan merokok ini sudah menjadi kegiatan sehari-hari. (Setyadin & Uyun, 2020). Penggunaan rokok secara *survey* mengatakan bahwa kematian yang disebabkan rokok ialah lebih dari lima juta orang. Adapun kematian yang disebabkan oleh perokok aktif yang memaparkan asap rokok kepada perokok pasif berjumlah lebih dari 600.000 kematian dan Sekitar 80% dari satu miliar orang yang perokok aktif di dunia merupakan penduduk negara-negara yang memiliki kriteria berkembang dan memiliki derajat ekonomi dari rendah sampai menengah (Agus, 2014).

Berdasarkan laporan *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2008, dengan jumlah statistik kategori perokok sejumlah 1.35 miliar dan terdapat 10 Negara yang melakukan aktivitas rokok terbesar di Dunia, yaitu diantara lain terdapat dalam tabel sebagai berikut :

Tabel 1. 1 Data Statistik 10 Negara Perokok Terbesar di Dunia Berdasarkan Laporan *World Health Organization* (WHO).

| No. | Nama Negara | Jumlah Perokok | Presentase Jumlah Perokok Per Penduduk |
|-----|-----------------|-------------------|--|
| 1. | China | 390 juta perokok | 29% per penduduk |
| 2. | India | 144 juta perokok | 12,5% per penduduk |
| 3. | Indonesia | 65 juta perokok | 28% per penduduk |
| 4. | Rusia | 61 juta perokok | 43% per penduduk |
| 5. | Amerika Serikat | 58 juta perokok | 19% per penduduk |
| 6. | Jepang | 49 juta perokok | 38% per penduduk |
| 7. | Brazil | 24 juta perokok | 12,5% per penduduk |
| 8. | Bangladesh | 23,3 juta perokok | 23,5% per penduduk |
| 9. | Jerman | 22,3 juta perokok | 27% per penduduk |
| 10. | Turki | 21,5 juta perokok | 30,5% per penduduk |

Jumlah perokok di negara Indonesia terus mengalami peningkatan secara signifikan yang mencakup perokok usia muda hingga dewasa tua selama sembilan tahun terakhir ini. (WHO dalam Wiratama, Ratep, & Westa, 2014). Berdasarkan data yang diperoleh dari Kementerian Kesehatan RI tahun 2018, jumlah penduduk usia ≥ 15 tahun yang merupakan perokok mengalami peningkatan dari tahun 2007 hingga 2018, namun mengalami penurunan pada tahun 2016. Hasil tersebut dipaparkan dengan perhitungan konsumsi tembakau sebagai berikut: Riskesdas 2007 34,2%, Riskesdas 2010 34,3%, Riskesdas 2013 36,3%, Riskesdas 2016 32,8% dan Riskesdas 2018 33,8% (Riskesdas, 2018).

Menurut Aditama (Simartama, 2012: 37) ada 3 faktor yang menyebabkan seorang memiliki kebiasaan merokok yaitu: (1) faktor farmakologis, salah satu zat yang ada di dalam rokok yang menyebabkan kecanduan, (2) faktor sosial, lingkungan yang merokok dan (3) faktor psikologis, merokok dapat dianggap meningkatkan konsentrasi atau hanya sekedar untuk menikmati asap rokok.

Berdasarkan penelitian mengenai Kesejahteraan Psikologis: Mahasiswa Papua Perokok dan Non Perokok di Salatiga yang dilakukan oleh Yarangga, de Fretes, & Setiawan, (2021). yaitu perokok dan non-perokok tidak memiliki

perbedaan psikologis, Alasannya responden menerapkan aspek-aspek emosional dengan cara mengenali emosi diri sendiri. Responden yang memiliki *subjective well-being* tinggi, merasa bahagia dan senang dengan teman dekat dan keluarga. Hal ini menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan pada aspek kesejahteraan psikologis fisik, mental, sosial, emosional dan spiritual.

Berdasarkan penelitian mengenai Pengaruh nikotin terhadap aktivitas dan fungsi otak serta hubungannya dengan gangguan psikologis pada pecandu rokok yang dilakukan oleh Liem (2010). Yaitu individu yang merokok mempunyai dampak gangguan psikologis seperti memiliki kecemasan, depresi atau sedih, marah, gelisah, sulit berkonsentrasi, dan kecenderungan munculnya perilaku kompulsif. Penelitian yang dilakukan oleh Fadilah (2019) yang berjudul Dampak psikologis wanita perokok terhadap masyarakat di Desa Sipangko Kecamatan Batang Angkola Kabupaten Tapanuli Selatan yaitu wanita yang merokok memiliki dampak psikologis yaitu cenderung mudah emosi, sulit menempatkan diri di tengah masyarakat, dan mementingkan diri sendiri. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa perokok dan tidak perokok memiliki persamaan yaitu mempunyai dampak pada psikologis nya, salah satunya yaitu kebahagiaan. Graham menyatakan bahwa efek positif dari merokok adalah menghasilkan efek mood yang positif dan membantu individu dalam menghadapi masalah yang sulit. Di sisi lain, penelitian mengenai rokok dengan kebahagiaan dilampirkan oleh *Nicotine and Tobacco Research* yang terbaru menunjukkan bahwa individu yang berhenti merokok justru menjadi lebih bahagia. Dalam studi tersebut subjek memiliki suasana hati yang jelas berbeda pada saat berhenti merokok, setelah mereka kembali merokok, suasana hati para subjek kembali tidak bahagia.

Maka dari itu, berbagai dampak yang dihasilkan perlu diteliti kembali oleh peneliti karena uraian yang telah disampaikan menjadi hal menarik bagi

peneliti untuk mengangkat penelitian untuk mengetahui perbedaan tingkat kebahagiaan antara perokok dan tidak perokok pada masyarakat Indonesia.

Berdasarkan yang dipaparkan dapat diketahui bahwa perilaku merokok atau tidak merokok dan tingkat kebahagiaan di Indonesia memiliki masing-masing pengaruh antara perilaku merokok/tidak merokok dengan tingkat kebahagiaan. Berdasarkan hal tersebut, peneliti mempunyai rasa ketertarikan terhadap mengkaji subjek ini dengan penelitian yang berjudul “TINGKAT KEBAHAGIAAN MASYARAKAT INDONESIA BERDASARKAN STATUS MEROKOK/TIDAK MEROKOK: STUDI BERBASIS IFLS 5” dengan tujuan untuk melihat apakah ada yang membedakan kebahagiaan yang signifikan antara seseorang yang merokok dengan yang tidak merokok pada penduduk Indonesia. Peneliti akan menganalisis melalui data dari *Indonesian Family Life Survey* (IFLS) karena data yang terdapat di *Indonesian Family Life Survey* (IFLS) sudah merepresentasikan sampai dengan 83% masyarakat Indonesia, sumber data penelitian ini sudah melalui *proses ethical clearance* atau klirens etika dan akan menjadi penelitian pada Fakultas Pendidikan Psikologi di Universitas Negeri Jakarta yang menggunakan sumber data besar.

1.2. Identifikasi Masalah

Berdasarkan yang telah lampirkan di atas mengenai latar belakang, masalah yang diidentifikasi dengan pertanyaan sebagai berikut:

1. Apakah terdapat perbedaan tingkat kebahagiaan antara masyarakat yang merokok dengan masyarakat yang tidak merokok di Indonesia?

1.3. Batasan Masalah

Melalui identifikasi masalah penelitian ini, perlu adanya batasan masalah yang berkaitan dengan penelitian. Menjadikan penelitian ini dapat lebih terfokuskan terhadap perbedaan tingkat kebahagiaan antara masyarakat yang merokok dengan yang tidak merokok di Indonesia secara umum.

1.4. Rumusan Masalah

Berdasarkan yang telah dilampirkan di atas seperti latar belakang, identifikasi masalah, dan batasan masalah, bahwa permasalahan pada penelitian ini akan dirumuskan sebagai berikut:

1. Apakah terdapat perbedaan tingkat kebahagiaan antara masyarakat yang merokok dan masyarakat yang tidak merokok di Indonesia.

1.5. Tujuan Penelitian

Penelitian ini perlu adanya sebuah tujuan yang akan dicapai, berikut tujuan penelitian ini ialah:

1. Untuk mengetahui adakah perbedaan tingkat kebahagiaan antara masyarakat yang merokok dengan masyarakat yang tidak merokok di Indonesia.

1.6. Manfaat Penelitian

Penelitian ini memiliki manfaat yang dapat diambil, sebagai berikut:

1.6.1. Manfaat Teoretis

1. Menyumbang gagasan, sebuah pengetahuan, ide, dan saran yang dapat dikembangkan yang menjadi pengetahuan dan wawasan dalam disiplin ilmu psikologi, terutama bagian psikologi sosial
2. Menjadi sebuah bahan acuan atau data tambahan untuk penelitian selanjutnya yang memiliki keterkaitan di masa yang akan datang

1.6.2. Manfaat Praktis

1. Subjek dan mahasiswa:

Penelitian ini diharapkan akan berguna bagi yang merokok ataupun yang tidak merokok supaya dapat memahami bagaimana sebuah dampak terhadap tingkat kebahagiaan antara seseorang yang merokok dengan yang tidak merokok.

2. Universitas dan Lembaga Pendidikan lainnya:

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sebuah informasi bagi universitas serta lembaga pendidikan lainnya supaya dapat melakukan penyuluhan maupun sebuah pencegahan

3. Masyarakat:

Penelitian ini diharapkan agar dapat memberikan sebuah informasi terhadap masyarakat supaya masyarakat Indonesia lebih sadar, teliti, berhati-hati, serta mampu menanggapi dengan baik terhadap bahaya perilaku merokok dan pentingnya kebahagiaan.



