

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Data Kemdikbudristek (2018) menunjukkan bahwa jumlah mahasiswa di Indonesia baru mencapai 7,5 juta orang dan ini masih terbilang sedikit jika ditinjau dari rata-rata usia individu yang menempuh pendidikan di Indonesia, salah satunya mahasiswa. Rata-rata usia mahasiswa berada di kisaran 18-25 tahun untuk yang mengambil strata 1, yang mana populasinya masyarakat di usia tersebut mencapai 80 sampai 107 juta. Dapat dilihat bahwa jumlah mahasiswa di Indonesia bahkan tidak mencapai setengah dari populasi masyarakat di usianya. Umumnya di usia tersebut, mahasiswa sedang memasuki tahap perkembangan dari remaja menuju dewasa dan sudah mulai memiliki rasa tanggung jawab akan usianya. Sebagai tambahan, di usia tersebut tugas perkembangan pada mahasiswa muncul pada beberapa aspek, yakni fungsional, fisik, psikologis dan sosial (Hulukati & Djibran, 2018).

Ditinjau dari segi perkembangan psikososial Erikson, umumnya mahasiswa sedang memasuki tahapan identitas dan kelekatan, dimana pada tahap ini mereka mencoba untuk mencari atau membangun hubungan interpersonal secara matang dengan orang lain, menemukan siapa diri mereka dengan mempertimbangkan pengalaman yang dialami sebelumnya, serta ekspektasi dari masyarakat (Erikson, 1980 dalam Black dkk, 2017; Orenstein & Lewis, 2022). Transisi dari siswa menuju mahasiswa serta usia perkembangan yang berubah dinilai mempengaruhi beban mahasiswa dan hal ini memicu *life satisfaction* individu (Tsitsas dkk, 2019). Pada pernyataan di atas yang mengungkapkan bahwa lingkungan sosial, sehingga dapat dikatakan sebagai sesuatu yang cukup berperan, dimana transisi dari lingkungan sekolah menengah menuju perguruan tinggi memiliki perbedaan sehingga seseorang perlu beradaptasi. Dapat diartikan bahwa beban yang mahasiswa peroleh dari lingkungan sosial dan juga perkembangan usia ikut serta berperan dalam *life satisfaction* individu.

Berdasarkan data yang diperoleh dari Oxford Research (2022) mengungkapkan bahwa masyarakat Indonesia berada pada taraf *life satisfaction* yang *average* sampai *low*. Data lain yang dikeluarkan oleh Badan Pusat Statistik (BPS) juga mengungkapkan bahwa dari 2017 sampai dengan 2022 *life satisfaction* orang Indonesia mengalami peningkatan dan secara *global* hal tersebut masih dalam taraf yang *average* pula. *Life satisfaction* sering

dikaitkan dengan peristiwa kehidupan sehari-hari, di antaranya adalah perkuliahan dan mahasiswa (Tsitsas dkk, 2019).

Bagi mahasiswa, *life satisfaction* sendiri merupakan salah satu hal penting yang dapat menentukan kemampuan kognitif, kesuksesan dalam menjalani perkuliahan dan bahkan memungkinkan untuk mendapatkan kesempatan bekerja dengan mudah, serta dampaknya bukan hanya bagi individu tetapi secara luas bahkan berada di taraf masyarakat, dikarenakan mahasiswa memiliki keberlanjutan kehidupan bukan hanya di lingkungan kampus, tetapi juga sebagai calon karyawan dan semacamnya (Fergusson dkk, 2015; Coutinho & Woolery, 2004; Arslan & Akkas, 2014). Ketika *life satisfaction* meningkat, maka kesehatan mental mahasiswa menjadi lebih baik, jarang meninggalkan kelas, dan dedikasi belajar yang tinggi (Baik dkk, 2019; Chow, 2010).

Sebaliknya, ketika mahasiswa mengalami *life satisfaction* rendah maka akan berdampak pada gejala stres, gangguan kecemasan, dan depresi (Civitci, 2015; Fergusson dkk, 2015). Bahkan pusat konseling salah satu universitas di Amerika melaporkan bahwa terjadi peningkatan pada mahasiswa yang berkunjung melaporkan permasalahan kesehatan mental (Beiter, 2015). Seringkali *life satisfaction* ditemukan dipengaruhi oleh usia, status finansial, dukungan sosial, pengalaman hidup, konsep diri, dan religiusitas (Martikainen, 2008; Chang dkk, 2003; Lin dan Putnam, 2010 dalam Linsiya, 2015).

Beberapa pengaruh di atas (seperti usia, status finansial, dukungan sosial, pengalaman hidup, konsep diri, dan religiusitas) juga terbukti pada survei sederhana yang telah dilakukan oleh peneliti menggunakan kuesioner yang disebar melalui media sosial Instagram, Facebook, dan WhatsApp pada 50 orang mahasiswa di berbagai macam daerah Indonesia, seperti Papua, Aceh, Palembang, Makassar, Bima, Sumbawa, Mataram, Bali, Malang dan Jabodetabek. Survei ini dilakukan untuk memperoleh data pendukung fenomena *life satisfaction* mahasiswa di Indonesia. Peneliti membuka pertanyaan mengenai tantangan apa yang dialami sebagai mahasiswa dan banyaknya tantangan yang dialami oleh mahasiswa muncul dari manajemen waktu, masalah finansial, beban tugas, dan lingkungan sosial di kampus. Lalu pertanyaan selanjutnya adalah “apakah hal tersebut mempengaruhi *life satisfaction* mereka?” dan 43 dari 50 mahasiswa menjawab tantangan yang mereka alami mempengaruhi *life satisfaction* mereka. Berikutnya peneliti menanyakan terkait dengan skala *life satisfaction* mahasiswa menggunakan skala 1 sampai 10 yang merujuk pada teori Diener dan kawan kawan (1985), yang di mana semakin tinggi angka-nya menunjukkan *life satisfaction* yang tinggi, sebaliknya semakin rendah angka nya semakin rendah juga skor *life*

satisfaction individu. Hasilnya menunjukkan bahwa 40% berada di taraf sedang, 48% berada di taraf rendah, dan 8% berada di taraf tinggi.

Lalu hasil ini dilanjutkan wawancara secara daring dengan menggunakan panduan wawancara pada beberapa responden yang memiliki *life satisfaction* yang rendah, dimana pertanyaan yang diajukan berkaitan dengan *life satisfaction* individu dan dampak apa yang mereka alami. Hasil wawancara menunjukkan bahwa *life satisfaction* yang rendah dapat mempengaruhi hidup individu dalam jangka pendek yang berakibat pada kurangnya konsentrasi dalam mengerjakan tugas-tugas akademik, stres, rendahnya motivasi mereka untuk melanjutkan kuliah, dan rendahnya keinginan untuk melakukan aktivitas fisik seperti olahraga. Sementara itu, untuk jangka waktu yang panjang dapat dilihat pada penelitian terdahulu yang mengungkapkan bahwa rendahnya *life satisfaction* bisa berakibat pada kesehatan mental individu berupa munculnya kecemasan, gejala depresi, dan bahkan sampai kepada resiko bunuh diri (Fergusson dkk, 2015).

Life satisfaction juga dibuktikan dapat menjadi konstruk penilaian untuk mengevaluasi secara kognitif dan umum yang dapat mengetahui bagaimana kualitas hidup seseorang secara keseluruhan berdasarkan kriteria yang individu tentukan (Pavot & Diener, 1993). Ditambah lagi, *life satisfaction* dapat menjadi indikator untuk mengetahui baik buruknya keadaan masyarakat yang ada pada suatu wilayah (Diener dkk, 2013). Selain itu, penentuan akan *life satisfaction* bergantung pada perbandingan keadaan mengenai apa yang dipikirkan oleh seseorang dengan apa yang ideal. Sangat penting untuk mengetahui bagaimana seorang mahasiswa menentukan *life satisfaction* mereka berdasarkan perbandingan akan keadaan saat ini dengan yang mereka atur untuk diri mereka sendiri serta tidak ada paksaan dari luar (Diener dkk, 1985). Dikarenakan mahasiswa merupakan agen perubahan (Istichomaharani & Habibah, 2016). Disaat yang bersamaan juga memiliki tanggung jawab dan tuntutan untuk melakukan manajemen waktu, tekanan saat atau akan melakukan ujian, penelitian, analisis dan kemampuan berpikir kritis, kolaborasi dan tugas proyek (Grundspan dkk, 2016; McKenzie & Gow, 2014; Chapman dkk, 2018; Gormley dkk, 2016; Pascarella & Terenzini, 2016; Reese dkk, 2018). Itulah mengapa *life satisfaction* menjadi salah satu hal penting yang perlu diperhatikan dikalangan mahasiswa.

Salah satu penelitian mengungkapkan bahwa *envy* menjadi prediktor dari *life satisfaction* dan menunjukkan pengaruh negatif, maknanya adalah semakin tinggi perasaan *envy* seseorang maka semakin rendah tingkat *life satisfaction* seseorang (Valerio-Ureña dkk, 2020). *Envy* yang timbul menunjukkan hubungan negatif pada *life satisfaction*, artinya semakin *envy* (iri) seseorang maka kecenderungan untuk merasakan atau memiliki *life*

satisfaction dengan taraf yang tinggi menurun dan hal ini juga turut mempengaruhi ketidakbahagiaan seseorang (Hong dkk, 2020; Espin dkk, 2015). Terlihat bahwa bagaimana perasaan atau pandangan seseorang mengenai diri mereka sendiri didasari pada apa yang mereka rasakan atau apa yang mereka lihat ketika terlibat langsung maupun tidak dengan orang lain (Zhou & Zhang, 2019). Seiring *envy* timbul pada seseorang, maka selama itu juga mempengaruhi *life satisfaction*, dimana artinya keduanya ini kerap kali berjalan beriringan (Yanhui dkk, 2022).

Envy adalah suatu bentuk sentimen yang dialami oleh manusia secara universal dan mendalam (Russel, 1930 dalam Smith dkk, 1999). *Envy* juga kerap kali dikaitkan dengan *jealous*, dimana seseorang yang merasakan kecemburuan atas orang lain cenderung tidak bisa mentolerir atau bahkan menerima ketika individu lain menikmati hidupnya (Fazaldad dkk, 2020; Erler, 2018). Dalam skala yang lebih besar lagi seseorang yang mengalami hal tersebut cenderung merasa tidak puas dengan hidupnya bahkan mengarah pada ketidakbahagiaan hampir di banyak aspek kehidupan (Fazaldad dkk, 2020). Seseorang yang mengalami *envy* biasanya terikat dengan beberapa hal, yakni lokasi, waktu, usia, dan reputasi (Vogel dkk, 2014). Salah satu temuan mengungkapkan bahwa *envy* dapat memberikan jangka panjang yang dimana dapat berpengaruh pada kesehatan mental dan kesejahteraan seseorang (Mujcic dan Oswald, 2017). Biasanya efek dari perasaan *envy* dapat berdampak pada kesejahteraan seseorang, yang mana cenderung tidak berubah seiring bertambahnya usia (Mujcic dan Oswald, 2017). Meskipun pada salah satu temuan mengungkapkan bahwa dewasa muda memiliki tingkat *envy* yang tinggi dan semakin bertambahnya usia *level envy* cenderung menurun (Henniger dan Harris, 2015).

Perasaan *envy* yang datang berasal dari perbandingan sosial yang terjadi, baik *upward comparison* maupun *downward comparison* tidak hanya pada individu tetapi juga pada kelompok sosial tertentu, sehingga hal ini berdampak pada *life satisfaction* individu (Olivos dkk, 2020; Abdellatif, 2022). Akan tetapi, seringkali memang *envy* yang muncul datang dari *upward comparison* yang berujung pada timbulnya perasaan rendah diri (Krasnova dkk, 2013). Ada beberapa penelitian terdahulu *envy* sering muncul dan berperan untuk menyambungkan variabel yang satu dengan yang lainnya terutama *life satisfaction*. Dilihat bahwa datangnya *envy* mempengaruhi dan membuat *life satisfaction* seseorang menurun (Krasnova dkk, 2013; Abdellatif, 2022; Hong dkk, 2020).

Dengan demikian, berdasarkan temuan-temuan yang telah dipaparkan sebelumnya, cukup banyak aspek yang mempengaruhi *life satisfaction* salah satunya *envy*. Penelitian ini akan berfokus pada *envy*, dikarenakan di penelitian terdahulu yang membahas secara

langsung terkait dengan *Envy* dengan *Life Satisfaction* pada mahasiswa di Indonesia maupun di luar negeri masih terbatas. Sehingga hal ini perlu ditinjau lebih lanjut dikarenakan permasalahan mengenai *Life Satisfaction* merupakan hal yang krusial karena berhubungan dengan bagaimana mahasiswa menjalani kehidupannya dengan baik serta hal yang terpenting adalah mempengaruhi kesehatan mental individu. Oleh sebab itu, peneliti tergugah untuk menemukan pengaruh *envy* terhadap *life satisfaction* pada mahasiswa.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka identifikasi masalah yang muncul dalam penelitian ini adalah sebagai berikut.

- a. *Life satisfaction* menjadi salah satu *concern* mahasiswa
- b. Rendahnya *life satisfaction* memiliki dampak jangka pendek dan jangka panjang yang berpengaruh pada mahasiswa
- c. Adanya peran *envy* melalui perbandingan sosial yang muncul menimbulkan rendahnya *life satisfaction*
- d. Belum banyak penelitian yang membahas secara langsung terkait *envy* terhadap *life satisfaction* pada mahasiswa

1.3 Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah tersebut, maka penelitian ini berfokus pada permasalahan mengenai pengaruh *envy* terhadap *life satisfaction* pada mahasiswa

1.4 Rumusan Masalah

Rumusan masalah yang ditinjau dari penelitian ini adalah “Apakah terdapat pengaruh *envy* terhadap *life satisfaction* pada mahasiswa?”

1.5 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan dari penelitian ini adalah ingin mengetahui pengaruh *envy* terhadap *life satisfaction* pada mahasiswa

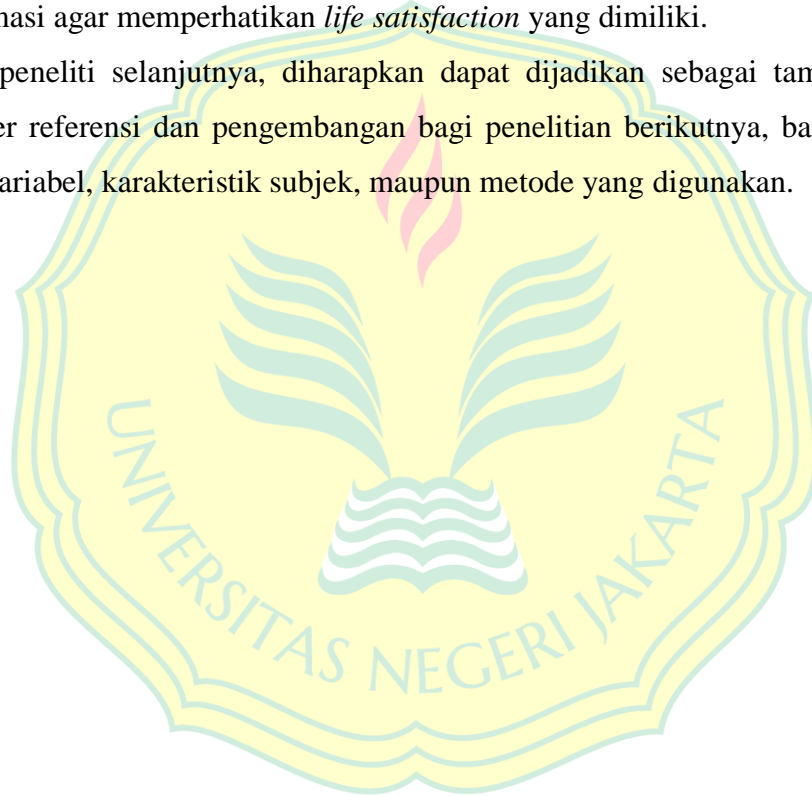
1.6 Manfaat Penelitian

1.6.1 Manfaat Teoritis

- a. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat pada bidang psikologi, khususnya psikologi sosial sebagai literatur dalam memahami bagaimana pengaruh *envy* terhadap *life satisfaction*.
- b. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber acuan untuk penelitian-penelitian berikutnya yang masih berkaitan dengan variabel yang ada.

1.6.2 Manfaat Praktis

- a. Bagi mahasiswa diharapkan dapat dijadikan tambahan rujukan atau informasi agar memperhatikan *life satisfaction* yang dimiliki.
- b. Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan dapat dijadikan sebagai tambahan sumber referensi dan pengembangan bagi penelitian berikutnya, baik dari segi variabel, karakteristik subjek, maupun metode yang digunakan.



*Mencerdaskan dan
Memartabatkan Bangsa*