

# BAB 1

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar belakang

Kebahagiaan adalah suatu bentuk perasaan yang tentunya diinginkan oleh semua individu. Kebahagiaan merupakan konsep yang luas, seperti emosi positif atau pengalaman yang menyenangkan, rendahnya mood yang negatif, dan memiliki kepuasan hidup yang tinggi. 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 dambaan mereka, dan dapat mengolah kekuatan dan keutamaan yang dimiliki dalam kehidupan sehari-hari, serta dapat merasakan sebuah keadaan yang menyenangkan (Hamka & Astuti, 2019)

Hidayat (dalam Sofia & Sari, 2018) menjelaskan bahwa kebahagiaan memiliki tahapan yang disebut tangga kebahagiaan. Tangga pertama, ialah kesenangan fisik (*physical pleasure*), Tangga kedua, yaitu kebahagiaan intelektual (*intellectual happiness*) Tangga ketiga, yakni kebahagiaan moral (*moral happiness*), Tangga keempat, kebahagiaan sosial (*social happiness*). Tangga kebahagiaan pertama, artinya kebahagiaan manusia lebih bersifat fisik. Manusia selalu mengejar kenikmatan fisik, sebagaimana menonjol dalam kehidupan hewani, seperti minum, seks, dan rasa aman. Kemudian pada tangga kebahagiaan kedua, artinya seseorang akan menemukan kebahagiaan hidup bukan dari makan, minum, dan seks (kebahagiaan fisik), melainkan lebih abstrak, yaitu kebahagiaan intelektual, bukan lagi kesenangan fisik. Kebahagiaan saat lulus ujian atau memperoleh pengalaman intelektual yang lain akan lebih abadi dibanding dengan sekedar kebahagiaan fisik. Orang tua yang lanjut

usia, yang sebagian besar fisiknya sudah menurun, akan tetap bisa meraih kebahagiaan intelektual dengan kegiatan membaca buku, menulis, ataupun mengajar. Tangga kebahagiaan ketiga, yaitu kebahagiaan akan muncul jika pengalaman hidup individu bisa disalurkan kepada generasi selanjutnya, tidak untuk dirinya sendiri. Tangga ketiga ini memperjelas bahwa kebahagiaan justru diperoleh dan lebih bermakna jika seseorang memberi, bukan menerima. Terakhir tangga kebahagiaan keempat, saat individu berbagi dengan orang lain, secara tidak langsung ia tengah membangun relasi sosial. Sebuah penelitian sosial menunjukkan, salah satu pilar kebahagiaan hidup adalah jika seseorang memiliki teman atau komunitas yang baik, yang dimulai dari keluarga. Namun, hidup yang dibatasi hanya dalam jaringan keluarga juga tidak cukup sehingga seseorang senantiasa memerlukan relasi sosial dalam masyarakat.

Menurut Dan, (2005) beberapa faktor yang memengaruhi kebahagiaan pada subjek adalah individu yang dapat belajar dari pengalaman di masa lalu akan dapat lebih memaknai hidupnya dan merasa lebih bahagia, Individu yang sering mengalami kejadian yang menurut dirinya menyenangkan, maka dapat dikatakan bahwa individu tersebut cenderung memiliki tingkat kebahagiaan yang lebih tinggi. selalu berkomitmen ketika terlibat dalam sebuah hubungan sehingga membuat dirinya menjadi bermanfaat. Kebahagiaan merupakan sesuatu yang diinginkan dan suatu hal yang diusahakan dapat tercapai oleh semua manusia. Kebahagiaan yang merupakan kebebasan hati, terbebas dari perasaan yang menyakitkan.

Kebahagiaan yang dirasakan oleh setiap orang bersifat subyektif dan tidak akan sama karena mereka memiliki perbedaan faktor yang mendasarinya. Misalnya ada orang yang merasakan kebahagiaan karena rasa puasnya terhadap kemampuan yang dimiliki untuk menyelesaikan tugas-tugas dalam pekerjaan maupun keberhasilannya dalam membina rumah tangga. Ada juga orang yang tidak memiliki banyak materi tetapi mereka merasakan kebahagiaan hidup dan

puas dengan apa yang telah mereka dapatkan, begitu pula sebaliknya ada orang yang berlimpah materi tetapi mereka justru merasakan hidupnya hampa dan tidak bahagia. Hal tersebut menunjukkan bahwa sebenarnya kebahagiaan juga bergantung pada penilaian, cara pandang, dan kemampuan seseorang dalam menyikapi segala keadaan dalam hidupnya secara positif (goleman, daniel; boyatzis, Richard; Mckee & Perdana, 2018)

Pada pengertian diatas terlihat bahwa salah satu sumber kebahagiaan adalah terjalinnya sebuah komitmen pada hubungan, kemudian keberhasilan dalam membina rumah tangga. Membina rumah tangga tidak hanya dilakukan oleh seorang Ayah, namun ada sosok Ibu yang sangat berperan dalam keberhasilan sebuah rumah tangga.

Seperti pada penjelasan dari Anggia Chrisanti, konselor dan terapis DEPTH (*deep psych tapping technique*) yang menjelaskan bahwa Tingkat kebahagiaan berbanding lurus dengan kecerdasan yang artinya, jika ingin memiliki anak cerdas, hendaklah “bahagiakan” istri. Istri yang bahagia akan menularkan kebahagiaannya kepada anak-anaknya. Secara otomatis, kebahagiaan anak menjadikannya anak yang cerdas. Kemudian, Emosi beresonansi yang artinya jika ada teman yang selalu merengut, berkeluh kesah, galau, maka kita cenderung terbawa dan atau memilih tidak berada di dekatnya karena khawatir tertular. Sebaliknya, selalu ada orang-orang di sekitar yang diagungkan karena sifatnya, sikapnya, perilakunya selalu positif. Bukan hanya membawa suasana menjadi positif, beberapa masalah kecil pun seperti menguap dengan kehadiran dirinya, jadi ketika ibu selalu di rumah, namun lebih banyak menghabiskan waktu untuk menggerutu, maka hampir dapat dipastikan seisi rumah tertular dampaknya. Suami yang tidak berprestasi, anak yang tidak berprestasi. Terutama anak yang ada dalam pengasuhan ibunya, akan terkena dampak yang cukup luar biasa jika diasuh ibu yang tidak bahagia. Bukan tidak mungkin, anak menjadi pemurung, tidak ada motivasi, tidak percaya diri, banyak mengeluh, bermasalah dalam pertemanan, dan lain-lain. Selanjutnya, Setiap laki-laki atau ayah adalah

pencari nafkah utama yang artinya jika istri bekerja, selalu ingat bahwa itu hanya membantu. Tidak boleh ada paksaan dan tuntutan berlebih. Dengan memiliki istri yang bekerja, maka urusan rumah pun haruslah mau lebih banyak berbagi antara suami dan istri. Jangan sampai, istri yang dengan sukarela membantu mencari nafkah kemudian disertai 100 persen juga urusan rumah, rumah tangga, dan anak. Jika sering diabaikan, banyak wanita, istri, atau ibu yang mengalami depresi karena ketidakbijaksanaan suami dalam berbagi peran dan fungsi di rumah, dan jika ibu sudah depresi, keluarga bahagia pun jauh dari rengkuhan (Wida, 2016)

Kebahagiaan seorang Ibu dalam rumah tangga bisa menjadi salah satu bentuk sebuah kepuasan pernikahan. Menurut Lawrence, (2009) Kepuasan pernikahan merujuk pada sikap secara umum terhadap pernikahan, atau kebahagiaan pernikahan sebagai suatu kesatuan konstruksi. penyesuaian pernikahan (marital adjustment) memiliki cakupan yang lebih luas, mencakup proses-proses dalam pernikahan, seperti kemampuan manajemen konflik, kegiatan yang saling mendukung, rlsi seksual atau keintiman emosional. Kepuasan pernikahan berasal dari dua kata yaitu kepuasan dan pernikahan. Kepuasan (satisfaction) diartikan sebagai satu keadaan kesenangan dan kesejahteraan disebabkan karena orang telah mencapai satu tujuan atau sasaran (Chaplin, 2008). Menurut DeGenova, (2008) Kepuasan pernikahan merupakan sejauh mana pasangan puas dan memiliki perasaan yang positif terhadap hubungan pernikahan serta terpenuhinya harapan dan kebutuhan pasangan dalam hubungan pernikahan. Kepuasan pernikahan meliputi kualitas pernikahan, penyesuaian pernikahan dan kebahagiaan pernikahan (Iqbal, 2020).

Kepuasan pernikahan yang juga merupakan sebuah bentuk emosi positif. dalam keseharian, berbagai cara dilakukan setiap individu untuk mendapatkan perasaan emosi positif. Dari beberapa individu, salah satu cara untuk mendapatkan perasaan emosi positif yaitu dengan merokok. Perokok bukan hanya di konsumsi oleh pria namun ada juga dikonsumsi oleh wanita, di

Indonesia sendiri terjadi peningkatan perokok wanita, seperti yang dikatakan Menteri Keuangan Sri Mulyani Indrawati yang mengungkapkan di Indonesia, jumlah perokok wanita meningkat dari 2,5% menjadi 4,8% (Kusuma, 2019). Individu yang melakukan aktivitas merokok dipengaruhi oleh beberapa hal, yakni adanya orangtua yang merokok, konformitas terhadap teman, ingin meningkatkan self image, dan adanya reinforcement negative. Faktor Reinforcement ini yang merupakan faktor dalam berlanjutnya perilaku merokok. Reinforcement negatif dalam berlanjutnya perilaku merokok terjadi ketika seseorang menggunakan rokok sebagai coping stress atau saat kondisi emosi tidak menyenangkan lainnya Sarafino (dalam Rani & Subekti, 2013). Pada hasil penelitian dari Yao et al., (2014) Dampak positif dari rokok dimana rata-rata merasa dengan merokok, mereka dapat menghilangkan stress atau pikiran-pikiran yang mengganggu, selain dapat memberikan perasaan hangat di badan.

Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan sebanyak dua puluh lima orang yang merupakan perokok aktif lebih dari 10 tahun, dengan rata-rata usia diatas 45 tahun, berdomisili Bekasi Timur, dan memiliki anak/merupakan seorang ibu yaitu, A, SL, ST, YT, SR, E, Y, T, AD, YL, H, F, D, R, HT, L, SM, EY, W, RS, N, I, F, T, dan LL, semua responden mengatakan merokok merupakan salah satu cara untuk mendapatkan ketenangan diri dan kebahagiaan hati, disaat responden sedang merasakan kondisi yang tidak menyenangkan sekalipun, kemudian aktivitas merokok menjadi gaya hidup dan sebuah kebutuhan. Sebanyak 6 responden yaitu A,SL,ST,YT,SR,dan E mengatakan awal mula menjadi perokok dikarenakan keinginan diri sendiri, sisanya mengatakan awal mula merokok dikarenakan faktor lingkungan, baik dalam lingkungan pertemanan hingga pekerjaan. Kegiatan merokok dilakukan sehari-hari, baik dalam rumah ataupun luar rumah. Dari duapuluh lima responden, terdapat 8 responden yaitu A, SR, E, AD, YL, F, D, dan R yang mengatakan bahwa keluarganya merasa kurang suka dengan kebiasaan responden yang merupakan

seorang perokok. Semua responden memiliki waktu nya masing-masing untuk melakukan aktivitas merokok dalam sehari-harinya, namun dari dua puluh lima responden terdapat kesamaan waktu yang bisa dikatakan hal yang wajib bagi responden untuk merokok yaitu pada waktu setelah makan.

Dari hasil penelitian Fitri, (2013) pada wanita dewasa muda yang merokok dengan latar belakang Pendidikan tinggi, dengan range usia 20-40 tahun, berada dalam kondisi disonansi. Kondisi disonansi kognitif merupakan suatu keadaan terjadinya hubungan yang tidak sesuai antara elemen-elemen kognitif, yang dapat menimbulkan kejangalan kognitif (Festinger, 1957).

Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) pada tahun 2013 menyatakan bahwa pada daerah Jawa Barat merupakan provinsi dengan jumlah perokok terbesar kedua setelah provinsi Riau, dengan persentase laki-laki sebesar 47,5% dan perempuan sebesar 1,1% (Hasna et al., 2017). Kota Bekasi merupakan salah satu kota pendukung yang berada di provinsi Jawa Barat. Bekasi terbagi beberapa wilayah, salah satunya wilayahnya ialah bekasi timur, yang memiliki 4 kelurahan, yaitu pertama kelurahan Arenjaya, kedua kelurahan Durenjaya, ketiga kelurahan Bekasijaya. Dan terakhir kelurahan Margahayu. Sebanyak 127.454 orang merupakan penduduk perempuan di Bekasi Timur. Wilayah Bekasi Timur yang menjadi tempat tujuan penelitian ini.

Berdasarkan fenomena diatas, maka peneliti ingin mengetahui apakah ada hubungan antara kepuasan pernikahan dengan kebahagiaan pada ibu perokok di bekasi timur. Maka dengan ini, akan dilakukan penelitian dengan judul **“Hubungan Kepuasan Pernikahan dengan Kebahagiaan Pada Ibu Perokok Di Bekasi Timur“**

## 1.2 Rumusan Masalah

- 1.2.1 Apakah kepuasan pernikahan memiliki hubungan terhadap kebahagiaan pada ibu yang merokok?

### 1.3 Tujuan Penelitian

- 1.3.1 Untuk mengetahui hubungan antara kepuasan pernikahan dengan kebahagiaan pada ibu yang merokok

### 1.4 Manfaat Penelitian

- 1.4.1 Manfaat Teoritis : secara teoritis, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dan menambah Khazanah keilmuan khususnya pada ilmu psikologi social
- 1.4.2 Manfaat Praktis : Penelitian ini diharapkan mampu memberi informasi mengenai kebahagiaan dengan emosi serta tipe perilaku ibu perokok

### 1.5 Keaslian Penelitian

**Tabel 1. 1 Uraian Penelitian**

NO	Penulis	Sarah Hafiza, Marty Mawarpury
1.	Judul	Pemaknaan Kebahagiaan oleh Remaja Broken Home
	Tahun	2018
	Metode	Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif, Pemilihan subjek dilakukan dengan menggunakan teknik purposive sampling dengan kriteria, berupa remaja berusia 13-18 tahun, orang tua yang telah bercerai, berdomisili di Banda Aceh
	Subjek	Tiga subjek memenuhi tiga kriteria pertama, dan hanya satu subjek yang memenuhi keempat kriteria subjek penelitian.

		Data diperoleh melalui wawancara dengan protokol semi terstruktur. Peneliti melakukan wawancara terhadap responden tersebut yang merupakan seorang remaja laki-laki berusia 17 tahun yang kedua orang tuanya telah bercerai selama 12 tahun.
	Hasil	Berdasarkan hasil wawancara menunjukkan bahwa responden menggambarkan kebermaknaan dari ketiga aspek kebahagiaan pada remaja. Yaitu Kehidupan yang Menyenangkan (Pleasant Life), Kehidupan yang Bermakna (Meaningful Life), Keterlibatan Diri (Engaged Life).
	Perbedaan	Penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan ada perbedaan pada subjek serta variabel yang akan digunakan mengenai kebahagiaan dan kepuasan pernikahan

2.	Penulis	Iin Nasri Impisari
	Judul	Makna Kebahagiaan pada Lansia Muslim yang Tinggal di Panti Tresna Werdha Teratai Palembang
	Tahun	2017
	Metode	Penelitian kualitatif dengan menggunakan metode fenomenologi.
	Subjek	Subjek penelitiannya adalah lansia yang tinggal di panti dengan rentang usia 60 tahun ke atas, sebanyak 5 orang.
	Hasil	Semua subjek merasa bahagia tinggal di panti dan semua subjek memaknai kebahagiaan sebagai perasaan senang. Mereka merasa bahagia/senang karena semua kebutuhan hidupnya terpenuhi dan terjamin, subjek mempunyai banyak

		teman dan subjek juga tidak perlu memikirkan biaya hidup, seperti membayar sewa tempat tinggal dan membayar keperluan lainnya.
	Perbedaan	Penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan ada perbedaan pada subjek serta variabel yang akan digunakan mengenai kebahagiaan dan kepuasan pernikahan

3.	Penulis	Bhennita Sukmawati
	Judul	Hubungan tingkat kepuasan pernikahan istri dan coping strategy dengan kekerasan dalam rumah tangga
	Tahun	2014
	Metode	Penelitian kuantitatif
	Subjek	Ibu rumah tangga yang sudah menikah
	Hasil	Hubungan tingkat kepuasan pernikahan istri dan coping strategy dengan kekerasan dalam rumah tangga
	Perbedaan	Penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan ada perbedaan pada lokasi penelitian serta variabel yang akan digunakan mengenai kebahagiaan dan kepuasan pernikahan