

Makna Kebahagiaan Menurut Perspektif Remaja di Perkotaan dan Pedesaan

Georgius Andreasca Nazianica¹, Moch. Alif Bayu Pratama², Dhani Reyhan Syahputra³,
Nur'annafi Farni Syam Maella⁴

^{1,2,3,4} Fakultas Ilmu Komunikasi, Universitas Dr. Soetomo Surabaya
e-mail: nurannafi@unitomo.ac.id

ABSTRAK

Kebahagiaan merupakan konsep universal, namun dipahami secara berbeda oleh setiap individu, bergantung pada latar belakang sosial, budaya, dan keadaan hidup mereka. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengeksplorasi makna kebahagiaan dari sudut pandang remaja perkotaan dan pedesaan. Pendekatan kualitatif digunakan untuk mengumpulkan data melalui wawancara mendalam dan diskusi kelompok terfokus dengan kaum muda di kedua lokasi. Survei menemukan bahwa kaum muda di daerah perkotaan cenderung menafsirkan kebahagiaan dalam konteks pencapaian pribadi, gaya hidup modern, dan kontak sosial yang luas melalui media digital. Sebaliknya, kaum muda di pedesaan lebih mementingkan kehidupan keluarga yang bahagia, kedekatan dengan alam, serta kehidupan yang sederhana namun bermakna. Faktor-faktor seperti akses terhadap teknologi, tekanan masyarakat, dan nilai-nilai budaya lokal juga memengaruhi sikap remaja terhadap kesejahteraan di kedua lingkungan. Studi ini memberikan wawasan tentang pentingnya memahami perbedaan persepsi kesejahteraan untuk mendukung program pendidikan dan pengembangan pemuda yang lebih komprehensif yang disesuaikan dengan konteks lokal.

Kata Kunci: Kebahagiaan, Remaja, Gaya Hidup, Kesejahteraan

ABSTRACT

Happiness is a universal concept, but it is understood differently by each individual, depending on their social background, culture and life circumstances. The aim of this research is to explore the meaning of happiness from the perspective of urban and rural adolescents. A qualitative approach was used to collect data through in-depth interviews and focus group discussions with young people in both locations. The survey found that young people in urban areas tend to interpret happiness in the context of personal achievements, modern lifestyles and extensive social contact through digital media. In contrast, young people in rural areas prioritize a happy family life, closeness to nature, and a simple but meaningful life. Factors such as access to technology, societal pressures, and local cultural values also influence youth attitudes toward well-being in both settings. This study provides insight into the importance of understanding differences in perceptions of well-being to support more comprehensive youth education and development programs tailored to local contexts.

Keywords: Happiness, Teenagers, Lifestyle, Wellbeing

PENDAHULUAN

Menurut (Seligman, 2011), kebahagiaan (happiness) adalah suatu konsep yang mengacu pada bentuk emosi dan aktivitas positif yang dirasakan individu dan tidak memiliki komponen perasaan sama sekali (Sarmadi, 2018). Kebahagiaan merupakan salah satu unsur hakiki kehidupan manusia dan seringkali menjadi tujuan utama. Namun, makna kebahagiaan dapat berubah tergantung pada latar belakang seseorang, lingkungan tempat tinggalnya, dan sebagainya. Sebagai kelompok usia dalam tahap eksplorasi identitas, remaja memiliki gagasan unik tentang kebahagiaan yang sering dipengaruhi oleh faktor budaya, sosial, dan ekonomi.

Bagi kaum muda di daerah perkotaan dan pedesaan, perbedaan lingkungan tempat tinggal memiliki dampak besar pada rasa kebahagiaan mereka. Kaum muda di daerah perkotaan cenderung tinggal di lingkungan dengan teknologi yang lebih maju, akses informasi yang lebih luas, dan peluang sosial dan ekonomi yang meluas (Ryff & Keyes, 1995). Namun, tekanan persaingan, tuntutan akademis, dan gaya hidup modern sering kali mendatangkan tantangan yang memengaruhi kesejahteraan mereka. Sebaliknya, kaum muda di pedesaan tinggal di lingkungan yang lebih alami dan komunitas sosial yang erat tetapi sering kali memiliki akses terbatas pada pendidikan, kesehatan, dan kesempatan rekreasi (Diener & Seligman, 2002; Neto, 2001).

Pendekatan berbasis perbedaan terhadap kesejahteraan ini menarik untuk penelitian lebih lanjut, terutama karena mencerminkan dinamika pandangan remaja yang terus berubah tentang kesejahteraan dalam hidup mereka. Dengan mengeksplorasi makna kebahagiaan dari sudut pandang anak muda perkotaan dan pedesaan, kami bertujuan untuk memberikan wawasan lebih mendalam tentang bagaimana lingkungan memengaruhi persepsi dan upaya mereka mencapai kebahagiaan. Hal ini juga dapat memberikan landasan untuk mengembangkan program dan kebijakan yang lebih inklusif yang lebih sesuai untuk kaum muda dari latar belakang yang beragam.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain fenomenologi. Pendekatan fenomenologi dipilih untuk menggali secara mendalam makna kebahagiaan menurut perspektif remaja yang tinggal di daerah perkotaan dan pedesaan. Penelitian ini berfokus pada pengalaman subjektif dan pemaknaan remaja terkait kebahagiaan dalam konteks lingkungan tempat tinggal mereka. Subjek dalam penelitian ini adalah remaja berusia 15-18 tahun yang tinggal di dua lokasi berbeda, yaitu:

1. Remaja di wilayah perkotaan yang memiliki akses lebih besar terhadap fasilitas modern, hiburan, dan peluang ekonomi.
2. Remaja di wilayah pedesaan yang umumnya memiliki akses terbatas terhadap fasilitas modern namun cenderung lebih dekat dengan lingkungan alam.
3. Tinggal minimal 5 tahun di daerah perkotaan atau pedesaan
4. Bersedia untuk berpartisipasi dalam wawancara mendalam

A. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini:

1. Wawancara Mendalam: Wawancara dilakukan untuk menggali pengalaman, pemikiran, dan persepsi remaja tentang kebahagiaan. Wawancara ini semi-terstruktur, dengan pedoman yang berfokus pada tema kebahagiaan, faktor-faktor yang memengaruhi kebahagiaan, dan perbedaan makna kebahagiaan di lingkungan tempat tinggal mereka.
2. Observasi Partisipatif: Peneliti akan melakukan observasi terhadap aktivitas sehari-hari remaja di kedua lokasi, untuk memahami konteks sosial yang memengaruhi persepsi mereka tentang kebahagiaan.

B. Teknik Analisis Data

Analisis data dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan teknik analisis tematik, yang melibatkan beberapa langkah:

1. Transkripsi Data: Mentranskrip hasil wawancara dan mencatat hasil observasi lapangan.
2. Pengkodean Awal: Mengidentifikasi kode-kode atau tema utama terkait makna kebahagiaan yang diungkapkan oleh remaja.
3. Pengelompokan Kode: Mengelompokkan kode yang serupa ke dalam tema-tema yang lebih luas, seperti: hubungan sosial, keberhasilan personal, keterhubungan dengan alam, dan pengaruh lingkungan.
4. Penarikan Kesimpulan: Menyimpulkan tema-tema utama yang muncul dan menginterpretasikan perbedaan antara remaja di perkotaan dan pedesaan dalam memaknai kebahagiaan.

C. Kredibilitas dan Validitas Data

Untuk memastikan kredibilitas dan validitas data, dilakukan langkah-langkah berikut:

1. Triangulasi Sumber: Menggunakan berbagai sumber data (wawancara dan observasi) untuk memvalidasi informasi yang diperoleh.
2. Member Check: Mengonfirmasi hasil wawancara dengan subjek penelitian untuk memastikan interpretasi yang akurat.
3. Peer Debriefing: Melibatkan rekan peneliti untuk mendiskusikan hasil temuan dan menghindari bias.

D. Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan di dua lokasi berbeda:

1. Wilayah perkotaan, seperti Surabaya, yang mewakili kondisi urbanisasi tinggi.
2. Wilayah pedesaan, seperti desa di daerah Jawa Tengah atau Jawa Timur, yang mewakili lingkungan alami.

Metode penelitian ini dirancang untuk memahami perspektif remaja di perkotaan dan pedesaan dalam memaknai kebahagiaan, dan diharapkan dapat memberikan wawasan mendalam tentang faktor-faktor sosial, budaya, dan lingkungan yang memengaruhi kebahagiaan remaja di Indonesia.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dari wawancara yang sudah kami lakukan sejauh ini, kami telah mendapatkan hasil, Bahwa masyarakat di Kota besar dan di pedesaan memiliki sebuah perbedaan yang sangatlah signifikan. Contohnya, dari segi pola pikir dimana masyarakat kota lebih mementingkan kesejahteraan masing-masing pribadi mereka dan tidak terlalu ikut campur dalam lingkup kehidupan milik orang lain, sementara di pedesaan lebih banyak masyarakat yang saling peduli bahkan membantu sesama nya jika memiliki sebuah permasalahan. Lalu masing-masing masyarakat kota dan pedesaan memiliki level kebahagiaan dan standar yang berbeda. Dimana masyarakat perkotaan lebih sering menghabiskan waktu untuk bepergian ke tempat yang sekiranya eksklusif dan menghabiskan uang, sementara di pedesaan mereka lebih memilih untuk bergotong royong dan berkumpul menggelar acara. Berikut 10 hasil dari penelitian:

A. Definisi Kebahagiaan

Dalam wawancara, responden mengemukakan bahwa kebahagiaan memiliki arti yang berbeda bagi setiap individu. Bagi responden, kebahagiaan pribadi terletak pada kemampuan untuk melakukan hal-hal positif setiap hari, yang menciptakan suasana hati yang tenang. Pandangan ini menunjukkan bahwa kebahagiaan tidak selalu berkaitan dengan pencapaian besar, tetapi lebih kepada aktivitas sehari-hari yang memberikan kepuasan batin.

B. Sumber Kebahagiaan dalam Kehidupan Sehari-hari

Responden menekankan pentingnya menjalani kehidupan yang produktif dan penuh kegiatan sebagai sumber kebahagiaan. Rasa syukur atas fasilitas yang dimiliki juga menjadi faktor penting dalam perasaan bahagia. Hal ini menunjukkan bahwa kebahagiaan dapat ditemukan dalam hal-hal sederhana yang seringkali diabaikan.

C. Pengaruh Lingkungan Tempat Tinggal

Lingkungan tempat tinggal berperan signifikan dalam pengalaman kebahagiaan. Responden yang tinggal di perkotaan merasa bahagia dengan suasana yang ramai dan dinamis, yang memberikan kesempatan untuk berinteraksi dan terlibat dalam berbagai kegiatan. Ini membuktikan bahwa lingkungan perkotaan, dengan segala aktivitas yang ada, dapat mendukung perasaan bahagia.

D. Interaksi Sosial dan Kebahagiaan

Interaksi sosial memiliki dampak besar terhadap kebahagiaan individu. Responden menjelaskan bahwa kebahagiaan dalam bersosialisasi sangat tergantung pada sikap orang-orang terdekat. Ketika orang-orang terdekat menunjukkan perhatian dan kepedulian, perasaan bahagia cenderung meningkat, sebaliknya, kurangnya perhatian dapat menyebabkan perasaan tidak bahagia dalam interaksi sosial.

E. Peran Keluarga dan Teman

Keluarga dan teman dianggap sebagai elemen vital dalam mencapai kebahagiaan. Responden menyatakan bahwa tanpa dukungan dan kehadiran mereka, hidup akan terasa biasa dan kurang bahagia. Hal ini menekankan pentingnya hubungan interpersonal dalam menciptakan rasa bahagia dalam hidup.

F. Pengalaman Kebahagiaan

Pengalaman pertama dan terpenting bagi responden adalah saat terlahir dan dirawat oleh orang tua. Momen ini diakui sebagai dasar kebahagiaan, menunjukkan bahwa ikatan keluarga dan cinta yang didapat sejak lahir memberikan dampak positif bagi kebahagiaan sepanjang hidup.

G. Tantangan dalam Mencapai Kebahagiaan

Meskipun mempunyai pandangan positif tentang kebahagiaan, responden juga mengakui tantangan yang dihadapi, yaitu kurangnya waktu untuk menikmati kebahagiaan yang ingin dicapai. Hal ini mencerminkan realitas kehidupan remaja yang seringkali dibebani oleh berbagai tuntutan, baik akademis maupun sosial.

H. Mekanisme Penanganan Stres

Untuk mengatasi rasa sedih dan stres, responden mengandalkan aktivitas yang bisa menyenangkan seperti bermain game atau berkumpul bersama teman-teman. Pendekatan ini menunjukkan bahwa mencari dukungan dari orang-orang terdekat menjadi mekanisme penting dalam meraih kebahagiaan.

I. Pandangan tentang Sifat Kebahagiaan

Responden meyakini bahwa kebahagiaan bisa bersifat langgeng tergantung pada kemampuan individu untuk menjaga dan mempertahankannya. Rasa bahagia yang terus-menerus dilakukan dapat menciptakan keberlangsungan kebahagiaan dalam hidup.

J. Harapan untuk Kebahagiaan Masa Depan

Di masa depan, responden berharap untuk hidup tanpa tekanan. Ia berpendapat bahwa banyaknya pikiran dan tekanan dapat menghalangi pencapaian kebahagiaan. Harapan ini mencerminkan keinginan untuk menjalani hidup secara sederhana sambil tetap dapat menikmati momen-momen bahagia.

KESIMPULAN

Makna kebahagiaan bagi remaja, baik di perkotaan maupun pedesaan, sangat dipengaruhi oleh lingkungan, hubungan interpersonal, dan pengalaman hidup pribadi. Penelitian ini menunjukkan bahwa kebahagiaan bisa ditemukan dalam hal-hal kecil dan aktivitas sehari-hari. Interaksi sosial, dukungan keluarga, dan teman menjadi faktor penting dalam merasakan kebahagiaan, sementara tantangan modern seperti tekanan waktu perlu diatasi untuk mencapai kehidupan yang lebih bahagia di masa mendatang. Selanjutnya, akan penting untuk menggali lebih dalam bagaimana kebahagiaan bisa dipahami dan dicapai dalam konteks yang berbeda, serta mencari solusi untuk hambatan yang dihadapi oleh remaja di lingkungan masing-masing.

REFERENSI

- Diener, E., & Seligman, M. E. P. (2002). Very happy people. *Psychological Science*, 13(1), 81–84.
- Neto, F. (2001). Satisfaction with life among adolescents from immigrant families in Portugal. *Journal of Youth and Adolescence*, 30(1), 53–67.
- Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719.
- Sarmadi, S. (2018). Psikologi positif. *Yogyakarta: Titah Surga*.
- Seligman, M. E. P. (2011). *Flourish: A visionary new understanding of happiness and well-being*. Simon and Schuster.