

BAB V

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian yang didapatkan oleh peneliti, baik dari hasil observasi dan wawancara secara mendalam bersama empat subjek. Peneliti menemukan seperti apa Gambaran Kebahagiaan Pada Remaja Anggota Karang Taruna Di Desa Ngablak Kecamatan Banyakan Kabupaten Kediri Selama Pandemi.

Dalam bukunya Martin Seligman menyatakan bahwa kebahagiaan merupakan suatu keadaan pikiran atau perasaan kesenangan dan ketentraman hidup secara lahir dan batin yang bermakna untuk meningkatkan fungsi diri. Kebahagiaan membuat individu memiliki 15 kepribadian yang sehat. Suasana hati yang positif dapat membuat individu lebih obyektif menyikapi sesuatu, kreatif, toleran, tidak defensif, murah hati dan lateral atau mampu memecahkan masalah secara kreatif.¹

Kebahagiaan dalam penelitian ini adalah kesenangan dan ketenteraman hidup secara lahir dan batin yang diraih melalui kepuasan pemenuhan kebutuhan dan harapan yang digunakan untuk meningkatkan fungsi diri. Kepuasan yang didapatkan individu merupakan suatu tanda bahwa individu bahagia. Semakin individu merasa puas, maka individu semakin bahagia.

Kebahagiaan remaja merupakan hal yang sangat penting. Remaja yang berhasil mengatasi masalah yang dihadapinya dan percaya bahwa mereka

¹ Seligman, *Authentic Happiness*.

mampu mengatasinya tanpa bantuan orang dewasa lambat laun akan mengurangi masa ketidak bahagiaannya. Bagian dari kebahagiaan ini adalah apabila remaja yang lebih tua diberi status yang lebih tinggi dalam upaya untuk mempertahankan tingkat perkembangan mereka. Harus diakui bahwa pemenuhan kebutuhan remaja akan dukungan atau penerimaan, kasih sayang dan prestasi akan meningkatkan kebahagiaan pada remaja.²

Sebagaimana hasil penelitian yang dilakukan oleh Indra dkk dimana didapatkan hasil bahwa Remaja merupakan bagian dari masyarakat berada pada fase perkembangan kognitif dan psikososial yang mempengaruhi perasaan, pemikiran, cara membuat keputusan dan berinteraksi dengan dunia di sekitar mereka. Ini menunjukkan bahwa remaja mampu untuk mendefinisikan kebahagiaan mereka sendiri sebagai salah satu bagian dari masyarakat.³ Definisi bahagia menurut Marthin Seligman dalam studi penelitian menunjukkan bahwa ada dua sudut pandang dalam mendefinisikan kebahagiaan. Definisi *moral-laden* menghendaki bahwa tolak ukur kebahagiaan adalah dari nilai-nilai moral dan berpusat pada perbuatan kebaikan dan definisi *morally-neutral* menekankan kebahagiaan pada kesejahteraan subjektif dalam bentuk kepuasan penuh terhadap hidup atau pencapaian yang tinggi.

Dari penelitian ini didapatkan hasil bahwa dari ke empat subjek hampir semua telah memenuhi setiap aspek dari beberapa indikator seperti dari aspek penerimaan diri dengan indikator Fokus Pada Diri Sendiri, Tidak Membandingkan Dengan Orang Lain, Menikmati Apa Yang Dimiliki,

² Hurlock, *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*.

³ Kiling et al., "Eksplorasi Kebahagiaan Remaja Pada Masa Pandemi Covid-19."

Mempertahankan Keseimbangan Antara Harapan Dan Prestasi. Subjek Ln, Jh, Pt dan My telah melakukannya, hanya subjek Pt yang masih belum memenuhi syarat dalam indikator mempertahankan keseimbangan antara harapannya dan prestasi yang di dapatkan.

Dari penelitian yang dilakukan oleh Erniati, Purwadi dan Sari tentang peran dukungan sosial keluarga dan resiliensi terhadap kesejahteraan remaja menunjukkan bahwa tingkat kontribusi dukungan sosial keluarga terhadap kebahagiaan remaja sebesar 33,94% yang artinya dukungan sosial keluarga memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kebahagiaan remaja.⁴ Dalam penelitian ini, aspek Kasih sayang dari indikator harapan diperoleh hasil bahwa kasih sayang dari ibulah yang mereka harapkan. Seperti yang terlihat pada subjek Ln, JH, Pt, dan My, Mereka belum sepenuhnya menerimanya. Adapun harapan yang mereka inginkan adalah sedikit perhatian dan dukungan terhadap kegiatan yang mereka lakukan, serta tidak memaksakan kehendak dari apa yang orang tua mau.

Dan terakhir pada aspek prestasi subjek Ln, Jh dan My telah berusaha untuk mencapai tujuannya yang bersifat realistis. Namun hanya pt yang belum memenuhi syarat sebagaimana Pt untuk mencapai tujuan dan harapannya kurang realistis.

⁴ Sri Erniati, Purwadi, and Erita Yuliasesti Diah Sari, "Peran Resiliensi Dan Dukungan Sosial Keluarga Terhadap Kebahagiaan Remaja," *Prosiding Konferensi Nasional* 1, no. 7 (2018): 78–85, <https://www.researchgate.net/publication/341616468>.