

Perspektif Kultural untuk Pengembangan Pengukuran Kebahagiaan Orang Jawa

Hanif Akhtar¹

*Center for Indigenous and Cultural Psychology
Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada*

Abstract

Studies on happiness are becoming popular. The present instruments measuring happiness are mostly adapted from the Western perspective. Meanwhile, there are differences in the meaning of happiness in the context of Western culture (individualist) and Eastern culture (collectivist). An instrument measuring happiness that uses the perspective of Indonesian society has been developed. However, this scale is more likely measuring the cause of happiness, not the happiness itself. The concept of happiness is still not clearly defined in the instrument. An in-depth study is needed to explore aspects of the Javanese happiness as a basic reference for the development of the happiness scale. This paper has described the concept of happiness according to Ki Ageng Suryamentaram and the difference with the Western concept. Therefore, this article gives advice on developing a happiness scale that is accurate by exploring the construct of happiness in the Java community.

Keywords: happiness; indigenous psychology; javanese; measurement

Pengantar

Studi tentang kebahagiaan merupakan bahasan yang semakin populer seiring dengan semakin berkembangnya kajian psikologi positif (Seligman, 2002). Hampir di seluruh dunia, orang-orang menganggap kebahagiaan merupakan sesuatu hal yang penting. Diener (2000) mengadakan riset tentang seberapa penting kebahagiaan bagi 7.204 mahasiswa di 42 negara. Hasilnya, 94% mahasiswa mengatakan bahwa kebahagiaan itu lebih penting daripada uang dan 64% mahasiswa mengatakan bahwa kebahagiaan merupakan hal yang paling penting dalam hidup. Perspektif lain menganggap kebahagiaan sebagai kunci sebuah kesuksesan. Individu yang bahagia memiliki kesehatan yang baik, lebih banyak

berpartisipasi dalam komunitas, lebih disukai orang lain, lebih sedikit yang bercerai, hidup lebih lama, dan memiliki performa kerja yang baik (Diener & Chan, 2011; Staw, Sutton, & Pelled, 1994).

Meskipun studi tentang kebahagiaan sudah berlangsung lama, namun konsep mengenai kebahagiaan itu sendiri masih sukar dipahami. Istilah kebahagiaan yang sering digunakan dalam bahasa percakapan sehari-hari memiliki makna yang masih kabur dan bisa ambigu. Sebagai alternatif, Diener (1984) menggunakan istilah *Subjective Well-Being* (SWB) dalam beberapa kajian ilmiah tentang kebahagiaan. Veenhoven (2012) mendefinisikan kebahagiaan sebagai tingkatan dimana individu menilai kualitas hidupnya keseluruhan secara baik. Sementara menurut Diener (2000), SWB diartikan sebagai evaluasi seseorang terhadap hidupnya, yang terdiri

¹ Korespondensi mengenai artikel ini dapat dilakukan melalui: hanif.akhtar27@gmail.com

atas evaluasi afektif dan kognitif. Secara spesifik, SWB terdiri atas dua komponen, yaitu komponen afektif yang mangacu pada pandangan hedonis yakni dominasi afeksi positif atas afeksi negatif dan komponen kognitif yang merujuk pada kepuasan akan kehidupan secara umum.

Tren terkini menunjukkan bahwa beberapa masyarakat mengadopsi faktor psikologis seperti *wellbeing*, kebahagiaan, dan kepuasan hidup sebagai indikator kesuksesan nasional. (Oishi, Graham, Kesebir, & Galinha, 2013). Perbandingan kebahagiaan antar negarapun sudah menjadi sesuatu yang sangat umum saat ini (Uchida & Ogihara, 2012). Sebagai konsekuensinya, bidang pengukuran kebahagiaan juga turut berkembang sebagaimana dapat digunakan sebagai pembanding yang akurat. Namun yang menjadi perhatian utama adalah, pengukuran yang akurat bukan hanya bertujuan untuk membandingkan, namun juga untuk fungsi prediksi dan intervensi. Dengan pengukuran yang akurat diharapkan prediksi dan intervensi untuk meningkatkan kebahagiaan menjadi lebih tepat sasaran.

Evaluasi subjektif individu terhadap kebahagiaan sangat dipengaruhi oleh makna kultural dan nilai dari masing-masing bangsa, oleh karenanya argumen sederhana seperti negara mana lebih bahagia dibanding negara lain perlu dihindari karena mengabaikan nilai budaya yang sangat penting (Uchida & Ogihara, 2012). Sebagai contoh, negara Jepang dan Korea memiliki skor skala kepuasan hidup dan kebahagiaan yang lebih rendah dibanding negara industri lainnya (Diener & Diener, 1995). Beberapa peneliti mengatakan bahwa aturan sosial di tempat kerja memiliki dampak negatif terhadap kebahagiaan seseorang disebabkan oleh lemahnya kebebasan individu. Argumen ini secara sederhana bisa dikatakan benar,

namun pandangan ini terlalu sempit karena mengabaikan makna kultural dari kebahagiaan (Uchida & Ogihara, 2012).

Tulisan ini akan memberikan sumbangan pemikiran dari perspektif Psikologi Budaya untuk menjelaskan bagaimana budaya bisa berpengaruh terhadap pembentukan konsep kebahagiaan dan konsekuensinya terhadap pengukuran variabel tersebut. Tulisan ini dibagi menjadi empat bagian. Pertama adalah mengenai perspektif kultural dalam kebahagiaan. Kedua adalah konsep kebudayaan orang Jawa. Ketiga adalah reviu mengenai alat ukur kebahagiaan yang sudah ada saat ini, dan keempat mengenai potensi penelitian di masa depan mengenai kebahagiaan.

Pembahasan

Perspektif Kultural Kebahagiaan

Teori yang berorientasi pada kultural mengungkapkan bahwa emosi bukanlah hasil langsung dari mekanisme psikologis atau neurologis, melainkan melekat pada konteks budaya karena dipenuhi dengan makna kultural (Kitayama, Mesquita, & Karasawa, 2006). Implikasinya, analisis ini menjelaskan perbedaan makna kebahagiaan dari berbagai budaya yang berbeda. Individu dalam budaya berbeda dapat mengkatégorikan kejadian dan pengalaman positif berbeda-beda sebagai contoh kebahagiaan (Kitayama & Markus, 2000). Kitayama & Markus (2000) telah meneliti perbedaan itu dalam dua budaya besar yang membagi dunia menjadi dua, yakni budaya Eropa-Amerika dan budaya Asia Timur.

Dalam budaya Eropa-Amerika, kepercayaan yang paling kuat adalah *independence* dan *autonomy* dari *self*. Dengan model seperti ini, aspek pusat dari *self* yang paling penting adalah atribut internal. Oleh

karena itu, kebahagiaan sendiri dilihat sebagai salah satu atribut internal yang harus dikejar dan diperoleh dengan usaha personal (Kitayama & Markus, 2000). Sedangkan dalam budaya Asia Timur menganggap ada keterhubungan dan interdependen antara *self* dengan orang lain. Individu termotivasi untuk menyesuaikan diri mereka dengan hubungan sosial. Komitmen kepada peran sosial, kewajiban sosial, dan kesiapan memenuhi ekspektasi sosial adalah manifestasi untuk mewujudkan interdependen *self*. Oleh karena itu, kebahagiaan sangat tergantung kepada pemenuhan hubungan sosial yang positif. Menunjukkan diri sendiri lebih bahagia dibanding orang lain adalah hal yang dapat membuat suasana tidak harmoni (Uchida, Norasakkunkit, Kitayama, 2013).

Hasil pengukuran mengenai perbedaan tingkat kebahagiaan antar negara, bukan semata-mata akibat terpenuhi atau tidak terpenuhinya sumber kebahagiaan, namun juga dipengaruhi oleh makna kebahagiaan bagi budaya tertentu. Perbedaan makna pada konstruk kebahagiaan ini didasarkan pada ideologi sejarah yang masih dipelihara serta ajaran agama (Kitayama, Markus, & Kurokawa, 2000). Di konteks budaya Eropa-Amerika, kebahagiaan dilihat sebagai kondisi emosional positif yang dijelaskan oleh pencapaian pribadi dan atribut personal positif yang maksimal. Pandangan tentang kebahagiaan orang Eropa-Amerika ini dilihat karena unsur lingkungan sosial-ekonomi serta ajaran agamanya (Uchida & Ogihara, 2012).

Sedangkan dalam budaya Asia Timur, keseimbangan dalam hubungan sosial adalah hal yang penting. Hal ini tidak terlepas dari faktor sosial-ekonomi yang sebagian besar masyarakatnya adalah bekerja di bidang pertanian dengan mobilitas yang rendah. Untuk saling memenuhi kebutuhan, hubungan baik dengan

orang lain sangatlah penting. Konsekuensinya, kebahagiaan dipandang sebagai sesuatu yang interdependen. Selain itu, makna kebahagiaan Asia Timur juga dipengaruhi oleh ideologi dari ajaran Confucianisme, Taoisme, dan Budha. Semua ideologi ini menekankan tatanan dunia holistik atau dialektis di mana semuanya diasumsikan terhubung dengan segala sesuatu yang lain (Kitayama & Markus, 2000). Aspek positif dan negatif bisa bersamaan muncul, dan itu bisa terjadi saat seseorang merasa bahagia (Miyamoto, Uchida, & Ellsworth, 2010). Dengan demikian, meskipun seseorang mengalami situasi tidak menyenangkan, namun selalu ada harapan di masa depan akan lebih baik, sehingga ketidakbahagiaan sementara itu tidak terlalu negatif (Ji, Nisbett, & Su, 2001).

Konsep Kebahagiaan Orang Jawa

Seperti yang sudah dikemukakan oleh Uchida dan Ogihara (2012), bahwa evaluasi subjektif individu terhadap kebahagiaan sangat dipengaruhi oleh makna kultural dan nilai dari masing-masing bangsa, oleh karena itu untuk dapat mengukur kebahagiaan kita juga harus melihat makna kebahagiaan dari budaya tersebut. Pemahaman akan konsep kebahagiaan dilihat dari kaca mata budaya sangatlah penting. Oleh karena itu, untuk melihat makna kebahagiaan orang Jawa, kita juga harus melihat makna kebahagiaan dari ajaran orang Jawa terdahulu.

Salah satu ajaran dari Jawa yang melahirkan konsep kebahagiaan adalah ajaran kawruh jiwa dari Ki Ageng Suryomentaram. Ki Ageng sendiri merupakan bangsawan keturunan Sri Sultan Hamengkubuwono VII, yang masa kecilnya selalu dipenuhi dengan kemewahan. Akan tetapi Ki Ageng tidak pernah merasakan kepuasan, hingga akhirnya dia meninggalkan istana dan hidup sangat sederhana

seperti rakyat kebanyakan. Namun Ki Ageng tetap merasa belum puas. Hingga akhirnya Ki Ageng melihat dirinya sendiri dan berkesimpulan bahwa yang namanya manusia itu selalu kecewa. Setelah itu Ki Ageng senang mengawasi, meneliti, dan menjajagi dirinya sendiri hingga diperoleh pengetahuan baru tentang manusia dan jiwa manusia. Hasil dari pencarian panjang akan arti kebahagiaan ini dinamai Kawruh jiwa. Inti ajaran kawruh jiwa adalah belajar dan berusaha menemukan “rasa damai,” “rasa bahagia,” serta “rasa persaudaraan,” dan menular-nularkan rasa damai-bahagia tersebut ke pihak lain (Prihartanti, 2008).

Ilmu bahagia adalah wejangan pokok dan mendasar Ki Ageng Suryomentaram dalam membangun keseluruhan pandangannya. Ilmu bahagia menjadi akar dari seluruh pemikiran-pemikiran Ki Ageng Suryomentaram. Ilmu bahagia dimulai dengan pandangan Ki Ageng Suryomentaram bahwa di seluruh dunia, tidak ada sesuatu yang pantas dicari, atau ditolak mati-matian (Suryomentaram, 1989). Manusia itu dipenuhi keinginan-keinginan dengan tujuan mendapat kebahagiaan, namun sesungguhnya tidak ada yang mutlak (Sugiarto, 2015). Manusia tidak sepatutnya mengejar sesuatu atau menolak sesuatu secara berlebihan atau di luar batas kewajaran. Ilmu bahagia membahas mengenai hakikat kebahagiaan, yakni untuk bahagia kita harus terlepas dari keinginan. Kebahagiaan diperoleh dengan menjadi pengawas dari keinginannya sendiri. Ilmu bahagia menjadi dasar pembahasan dalam menyusun konsep manusia Ki Ageng Suryomentaram.

Secara sistematis wejangan pokok ilmu bahagia diuraikan sebagai berikut: *pertama*, ilmu bahagia dimulai dengan pembahasan mengenai keinginan (*karep*). Tercapainya keinginan tidak menjamin munculnya rasa bahagia. Hal ini karena keinginan bersifat

mulur atau mengembang, sehingga belum sempat seseorang merasakan kebahagiaan sudah tertutupi oleh pikirannya dalam meraih keinginan berikutnya. Begitu pun dengan tidak tercapainya keinginan, juga tidak lantas membuat seseorang merasakan kesusahan selama-lamanya. Hal ini karena, keinginan juga bersifat *mungkrèt* atau menyusut. *Kedua*, mengenai hukum pergantian. Sifat keinginan yang mengembang dan menyusut menjadikan kesenangan dan kesusahan bersifat bergantian. *Ketiga*, mengenai rasa sama (*raos sami*). Hukum pergantian susah dan senang, merupakan sesuatu yang dialami semua orang tanpa melihat suku bangsa, warna kulit, status sosial, agama, dan usia. *Keempat*, mengenai rasa abadi (*raos langgeng*). Hukum pergantian susah dan senang, juga mengenai manusia sejak berabad-abad yang lalu. *Kelima*, mengenai rasa tentram (*raos tentrem*). Pemahaman terhadap rasa sama (*raos sami*), dan penerimaan terhadapnya, akan membuahkan rasa tentram (*raos tentrem*).

Keenam, mengenai rasa tabah (*raos tatag*). Pemahaman terhadap rasa abadi, menjadikan manusia tabah dalam menjalani hari-harinya. Penerimaan terhadap rasa susah dan senang, menimbulkan penghayatan yang mendalam, bahwa sesungguhnya yang susah dan senang itu bukan lah aku. *Ketujuh*, mengenai mengawasi keinginan (*nyawang karep*). Seseorang menyadari adanya jarak antara aku yang mengalami susah dan senang, dengan aku yang sebenarnya. Manusia bisa memberi jarak dengan dirinya sendiri, yang menjadikan manusia awas, *ngonangi* akan keinginan dirinya yang berubah-ubah dan senantiasa menuntut banyak hal. Jarak tersebut pada akhirnya memunculkan kekuatan untuk mengendalikan keinginan, pada sesuatu yang benar-benar menjadi kebutuhan. Manusia yang bisa mengawasi

keinginannya sendiri, dengan demikian tidak lagi terperangkap pada kondisi susah dan senang. Hal inilah yang disebut kebahagiaan yang sebenarnya, yang tidak terkait lagi dengan keinginan. Jadi, wejangan pokok Ilmu Bahagia membahas tentang bagaimana seseorang mencapai kondisi kebahagiaan sejati, kebahagiaan yang tidak terikat kepada hukum pergantian senang dan susah, karena sudah berhasil menjadi pengawas dari keinginannya sendiri.

Dari pemaparan di atas ada beberapa perbedaan makna kebahagiaan antara yang diajarkan Ki Ageng Suryamentaram dengan kebahagiaan yang dimaknai di Barat. Pemahaman konsep *raos sami* membawa ke arah pengertian bahwa semua manusia itu adalah sama dan jalan untuk mendapatkan kebahagiaan adalah dengan cara menyenangkan atau membahagiakan orang lain (bersikap altruistik) (Widyarini, 2008). Hal ini berbeda dengan konsep kebahagiaan di Barat yang lebih fokus pada kebahagiaan sebagai sebuah pencapaian pribadi. Selain itu konsep *raos langgeng* memberi pengertian bahwa pergantian susah dan senang itu sejak berabad-abad yang lalu dan akan selalu ada. Tidak ada di dunia ini yang perlu dikejar mati-matian, karena terpenuhinya keinginan hanya akan menyebabkan kesenangan yang sesaat. Manusia yang bahagia adalah manusia yang mampu menerima pergantian senang-sedih. Hal ini berbeda dengan konsep kebahagiaan di Barat yang lebih mementingkan dominasi kesenangan atas kesedihan dibandingkan penerimaan akan kemunculan keduanya.

Pengukuran Kebahagiaan

Ratzlaff, Matsumoto, Kouznetsova, Raroque, & Ray (2000) mengungkapkan isu utama dalam pengukuran kebahagiaan dengan aitem tunggal adalah adanya perbedaan makna aitem tersebut dari

perspektif berbagai budaya atau bahkan tidak punya makna sama sekali. Konsep kebahagiaan sendiri dapat diterjemahkan ke dalam berbagai bahasa, namun dalam prosesnya perbedaan makna itu sangat mungkin terjadi. Masalah kedua mengenai pengukuran kebahagiaan adalah pada level individu, dimana individu bisa saja memilih kejadian yang tidak sesuai sebagai bahan penilaian kepuasan hidupnya (Schimmack, 2006).

Usaha untuk mengukur tingkat kebahagiaan seseorang saat ini lebih fokus kepada penggunaan alat ukur multi-aitem. Beberapa alat ukur yang sudah berkembang dan banyak digunakan saat ini diantaranya adalah *Oxford Happiness Questionnaire* (OHQ) (Hills & Argyle, 2002), *Subjective Happiness Scale* (Lyubomirsky & Lepper, 1999), *Satisfaction With Life Schedule* (SWLS) (Diener, Emmons, Larsen, & Griffin, 1985), dan *Positive and Negative Affect Scales* (PANAS) (Watson, Clark, & Tellegen, 1988). Alat ukur tersebut sudah banyak digunakan oleh beberapa peneliti kebahagiaan di dunia dan digunakan untuk membandingkan tingkat kebahagiaan antar negara.

Meskipun demikian, penggunaan alat ukur yang berasumsi dapat digunakan secara universal tersebut menuai banyak kritik dari berbagai peneliti, baik itu dari segi psikometris maupun teoritis. Hal ini terutama berkaitan dengan perbedaan makna kebahagiaan pada berbagai budaya. Sebagai contoh, kritikan penggunaan OHQ untuk mengukur kebahagiaan disampaikan Kashdan (2004). Kritik pada penyusunan OHQ lebih berfokus pada operasionalisasi SWB yang tidak didasari pada definisi dan teori yang relevan yang dapat mengundang *error non-random*. SWB dioperasionalkan sebagai tingkat di mana seseorang tertarik dengan orang lain, memiliki perasaan hangat, menemukan sesuatu yang lucu, menemukan keindahan dari sesuatu, dan

merasa dirinya lebih menarik. Faktanya, tidak ada model teoritis saat ini yang sesuai seperti komponen SWB ada dalam OHQ, dan komponen yang disampaikan justru mengukur penyebab, hubungan, maupun konsekuensi dari SWB. Karenanya, Kashdan (2004) meragukan apakah aitem-aitem dalam OHQ benar-benar mengukur kebahagiaan.

Alat ukur lainnya yang luas dipakai untuk mengukur kebahagiaan adalah *Subjective Happiness Scale* (Lyubomirsky & Lepper, 1999), *Satisfaction With Life Schedule* (SWLS) (Diener *et al.*, 1985), dan *Positive and Negative Affect Scales* (PANAS) (Watson *et al.*, 1988). Alat ukur tersebut memiliki landasan konsep teoritis yang lebih jelas, yakni bahwa SWB diartikan sebagai bentuk evaluasi positif individu yang meliputi aspek afektif dan kognitif (Diener, 2000). Alat ukur ini juga sering digunakan bersamaan, seperti SWLS yang mengukur aspek kognitif kebahagiaan dan PANAS yang mengukur aspek afektif kebahagiaan. Dari aspek psikometris, alat ukur ini juga memiliki properti psikometris reliabilitas dan validitas yang memuaskan (Diener *et al.*, 1985; Larsen, Diener, & Emmons, 1985; Lyubomirsky & Lepper, 1999; Quezada, Landero, & González, 2016.; Watson *et al.*, 1988).

Meskipun begitu validitas hasil interpretasi alat ukur ini juga masih dipertanyakan terutama oleh psikolog budaya terkait isu perbedaan makna bahagia dari beberapa budaya. Di sisi lain, penggunaan skala terstandarisasi untuk penelitian lintas budaya juga terkadang tidak valid jika digunakan dalam budaya lain, contohnya adalah SWLS (Diener *et al.*, 1985) dan *Subjective Happiness Scale* (Lyubomirsky & Lepper, 1999) yang digunakan hampir di semua tempat, namun mengukur ide kebahagiaan dari Eropa-Amerika yang berpusat pada pencapaian

individu. Hal ini tentu tidak sesuai dengan budaya Timur di mana pencapaian pribadi bukanlah fokus individu untuk menciptakan kebahagiaan (Oishi, 2010). Begitu juga dengan skala PANAS yang berdasarkan pandangan hedonisme dimana kebahagiaan merupakan dominasi afek positif atas afek negatif. Sedangkan pada budaya timur, berdasarkan ajaran Confucius, kebahagiaan dan ketidakbahagiaan selalu hidup berdampingan. Orang seharusnya tidak mengejar kebahagiaan secara berlebihan, melainkan mereka harus mencari homeostasis internal yang lebih dalam (Lu, 2005). Akibatnya, seperti yang sudah dipaparkan di awal, negara-negara seperti Jepang dan Korea akan terlihat lebih tidak bahagia dibanding negara-negara di Eropa atau Amerika (Diener & Diener, 1995).

Usaha untuk menjawab keresahan peneliti kebahagiaan dari Indonesia tentang penggunaan skala kebahagiaan yang menggunakan perspektif barat sebenarnya sudah ada sejak tahun 2010. *Center for Indigenous and Cultural Psychology* Universitas Gadjah Mada telah melakukan kajian tentang kebahagiaan menggunakan pendekatan *Indigenous Psychology*. Dari hasil penelitian eksploratori kebahagiaan di Indonesia, sumber kebahagiaan remaja Indonesia adalah relasi dengan orang lain, pemenuhan diri, dan hubungan dengan Tuhan (Primasari & Yuniarti, 2012). Studi dengan subjek mahasiswa juga dilakukan oleh Anggoro & Widhiarso (2010) dan mendapatkan sumber kebahagiaan orang Indonesia adalah ikatan kekeluargaan, kebutuhan spiritual, pencapaian diri, dan relasi sosial. Empat sumber kebahagiaan inilah yang akhirnya dijadikan aspek dalam proses penyusunan skala kebahagiaan yang berbasis pendekatan *Indigenous Psychology*.

Skala kebahagiaan yang berbasis pendekatan *Indigenous Psychology* memiliki 40 aitem, dengan masing-masing aspek

diwakili oleh 10 aitem. *Blueprint* dan contoh aitem dapat dilihat pada Tabel 1.

Usaha untuk menyusun sebuah skala yang mempertimbangkan aspek budaya dan kontekstualitas dari Anggoro & Widhiarso tersebut tentu patut diapresiasi. Namun hasil dari skala tersebut masih patut dipertanyakan, apakah skala tersebut benar-benar mengukur kebahagiaan. Kritik yang penulis sampaikan kepada skala tersebut kurang lebih hampir sama seperti yang disampaikan Kashdan (2004) terhadap OHQ. Pada skala ini, kebahagiaan didefinisikan sebagai proses pemenuhan rasa/ikatan keluarga, prestasi atau pencapaian pribadi, relasi sosial yang baik, serta tercukupinya kebutuhan spiritual individu yang didasarkan pada afek positif (Anggoro & Widhiarso, 2010). Faktanya, komponen yang disampaikan justru lebih mengukur penyebab, hubungan, maupun konsekuensi dari kebahagiaan. Konsep tentang apa kebahagiaan itu masih belum terdefiniskan dengan jelas dalam alat ukur tersebut.

Sebagai contoh, untuk aitem nomer 15, “kegagalan yang saya dapat adalah ujian dari Tuhan”, apakah aitem tersebut benar-benar mengukur kebahagiaan? Apakah artinya jika saya tidak menganggap

kegagalan saya adalah ujian dari Tuhan itu artinya saya tidak bahagia? Kebahagiaan dalam hal ini bersifat bersyarat, artinya jika kondisi demikian tidak terpenuhi maka tidak akan bahagia. Meskipun asumsi-asumsi kesalahpengukuran skala kebahagiaan ini masih perlu dibuktikan secara psikometris, namun hal ini sudah dapat menjadi landasan penelitian kebahagiaan untuk dapat menyusun sebuah skala yang benar-benar mengukur kebahagiaan. Tentu hal ini akan bisa dicapai jika konsep kebahagiaan berdasarkan pendekatan budaya itu sudah jelas.

Penelitian Kebahagiaan di Masa Depan

Telah dijelaskan bahwa perbedaan makna pada konstruk kebahagiaan ini didasarkan pada ideologi sejarah yang masih dipelihara serta ajaran agama (Kitayama *et al.*, 2000). Pada tulisan kali ini telah dipaparkan kendala-kendala pengukuran kebahagiaan lintas budaya, yang meliputi penggunaan skala yang tidak sesuai dengan makna kebahagiaan pada budaya yang hendak diukur. Konsep kebahagiaan masyarakat Jawa menurut Ki Ageng Suryamentaram juga sudah dipaparkan beserta perbandingannya dengan konsep kebahagiaan

Tabel 1
Blueprint dan Contoh Aitem Skala Kebahagiaan

No	Aspek	Contoh aitem
1.	Rasa/Ikatan Kekeluargaan	14. Saya selalu berusaha untuk mentaati perintah orang tua 9. Bagi saya keluarga adalah segalanya
2.	Kebutuhan Spiritual	10. Setiap tindakan saya adalah usaha untuk mendapatkan pahala 15. Kegagalan yang saya dapat adalah ujian Tuhan
3.	Prestasi/ Pencapaian Pribadi	11. Saya bekerja keras untuk mencapai cita-cita saya 29. Saya tidak segan mengurangi waktu istirahat demi tujuan saya tercapai
4.	Relasi Sosial	37. Saya meluangkan waktu untuk berkumpul bersama teman-teman 39. Saya tidak segan berkorban untuk demi membantu orang lain

Sumber: Anggoro & Widhiarso (2010)

Barat. Telah dijelaskan pula keterbatasan alat ukur kebahagiaan yang ada saat ini, baik itu alat ukur berbasis kebudayaan barat maupun alat ukur berbasis *indigenous psychology*. Oleh karena itu, penulis memberikan rekomendasi untuk penelitian di masa depan terkait dengan kebahagiaan, khususnya kebahagiaan pada orang Jawa.

Penyusunan alat ukur kebahagiaan menjadi hal yang sangat penting, selain untuk mengetahui tingkat kebahagiaan suatu masyarakat, adanya alat ukur kebahagiaan juga dapat digunakan sebagai alat untuk memprediksi maupun intervensi. Untuk menyusun alat ukur yang kontekstual, tentu harus disusun kontrak yang kontekstual dengan kondisi masyarakat Jawa saat ini. Dalam tulisan ini telah dijelaskan konsep kebahagiaan masyarakat Jawa menurut Ki Ageng Suryamentaram, namun hal ini belum tentu menggambarkan kondisi masyarakat Jawa saat ini. Makna sebuah kontrak memang sangat dipengaruhi oleh ajaran ideologi dari budaya tersebut, namun di era globalisasi saat ini, makna kebahagiaan itu bisa saja sudah bergeser. Sehingga penulis merekomendasikan tahapan pertama untuk menyusun sebuah alat ukur kebahagiaan adalah dengan cara penelitian untuk mengeksplorasi kontrak kebahagiaan masyarakat Jawa saat ini. Hal ini perlu dilakukan untuk mendapatkan makna kebahagiaan yang dapat dijadikan landasan dalam penyusunan sebuah skala psikologi.

Akhirnya, tahap selanjutnya setelah didapatkan sebuah kontrak yang sudah matang adalah menurunkannya menjadi indikator-indikator yang akan mengukur kebahagiaan. Setelah itu proses identifikasi properti psikometris baru bisa dilakukan. Dalam proses penyusunan kontrak, tentu akan ditemui kendala tentang siapa orang Jawa yang sesungguhnya. Batasan mengenal orang Jawa memang harus ditentukan

dengan ketat. Namun hal ini juga menjadi sebuah peluang untuk menentukan prinsip-prinsip apa saja yang berlaku universal dan prinsip-prinsip mana saja yang berlaku unik untuk orang Jawa saja. Harapannya, ke depan dapat disusun sebuah skala kebahagiaan yang dapat digunakan untuk masyarakat lebih luas, tidak hanya pada orang Jawa saja.

Penutup

Seiring berkembangnya kajian mengenai kebahagiaan di berbagai budaya, maka alat ukur kebahagiaan yang kontekstual dan memperhatikan makna kultural dari kebahagiaan menjadi sangat penting. Alat ukur kebahagiaan yang ada saat ini sebenarnya sudah cukup banyak, namun hampir semuanya berasal dari Barat dan menggunakan perspektif orang Barat dalam memaknai kebahagiaan. Sementara itu, usaha menciptakan alat ukur kebahagiaan yang menggunakan perspektif masyarakat Indonesia sudah dikembangkan masih memiliki kelemahan, karena alat ukur tersebut lebih mengukur faktor penyebab kebahagiaan, bukan kebahagiaan itu sendiri. Di masa yang akan datang, revisi terhadap alat ukur kebahagiaan dari perspektif budaya Jawa tersebut perlu direvisi dengan melalui beberapa tahap penting, yakni menyusun konsep dan kontrak kebahagiaan orang Jawa dan menyusun indikator-indikator yang mengukur kebahagiaan masyarakat Jawa. Setelah tahap itu selesai, barulah uji validitas dan reliabilitas skala dapat dilaksanakan.

Daftar Pustaka

- Anggoro, W. J., & Widhiarso, W. (2010). Konstruksi dan identifikasi properti psikometris instrumen pengukuran kebahagiaan berbasis pendekatan

- indigenous psychology: Studi multitrait-multimethod. *Jurnal Psikologi*, 37(2), 176–188. doi: 10.22146/jpsi.7728
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95(3), 542–575.
- Diener, E. (2000). Subjective well-being: The science of happiness and a proposal for a national index. *American Psychologist*, 55(1), 34–43.
- Diener, E., & Chan, M. Y. (2011). Happy people live longer: Subjective well-being contributes to health and longevity: Health benefits of happiness. *Applied Psychology: Health and Well-Being*, 3(1), 1–43. doi: 10.1111/j.1758-0854.2010.01045.x
- Diener, E. D., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, 49(1), 71–75.
- Diener, E., & Diener, M. (1995). Cross-cultural correlates of life satisfaction and self-esteem. *Journal of Personality and Social Psychology*, 68(4), 653–663.
- Hills, P., & Argyle, M. (2002). The Oxford happiness questionnaire: A compact scale for the measurement of psychological well-being. *Personality and Individual Differences*, 33(7), 1073–1082.
- Ji, L.-J., Nisbett, R. E., & Su, Y. (2001). Culture, change, and prediction. *Psychological Science*, 12(6), 450–456.
- Kashdan, T. B. (2004). The assessment of subjective well-being (issues raised by the Oxford Happiness Questionnaire). *Personality and Individual Differences*, 36(5), 1225–1232.
- Kitayama, S., & Markus, H. R. (2000). The pursuit of happiness and the realization of sympathy: Cultural patterns of self, social relations, and well-being. *Culture and Subjective Well-Being*, 113–161.
- Kitayama, S., Markus, H. R., & Kurokawa, M. (2000). Culture, emotion, and well-being: Good feelings in Japan and the United States. *Cognition & Emotion*, 14(1), 93–124. doi: 10.1080/026999300379003
- Kitayama, S., Mesquita, B., & Karasawa, M. (2006). Cultural affordances and emotional experience: Socially engaging and disengaging emotions in Japan and the United States. *Journal of Personality and Social Psychology*, 91(5), 890–903. doi: 10.1037/0022-3514.91.5.890
- Larsen, R. J., Diener, E. D., & Emmons, R. A. (1985). An evaluation of subjective well-being measures. *Social Indicators Research*, 17(1), 1–17.
- Lu, L. (2005). In pursuit of happiness: The cultural psychological study of SWB. *Chinese Journal of Psychology*, 47(2), 99–112.
- Lyubomirsky, S., & Lepper, H. S. (1999). A measure of subjective happiness: Preliminary reliability and construct validation. *Social Indicators Research*, 46(2), 137–155.
- Miyamoto, Y., Uchida, Y., & Ellsworth, P. C. (2010). Culture and mixed emotions: Co-occurrence of positive and negative emotions in Japan and the United States. *Emotion*, 10(3), 404–415. doi: 10.1037/a0018430
- Oishi, S. (2010). The psychology of residential mobility implications for the self, social relationships, and well-being. *Perspectives on Psychological Science*, 5(1), 5–21. doi: 10.1177/1745691609356781
- Oishi, S., Graham, J., Kesebir, S., & Galinha, I. C. (2013). Concepts of happiness across time and cultures. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 39(5), 559–577. doi: 10.1177/0146167213480042
- Prihartanti, N. (2008). Mencapai kebahagiaan bersama dalam masyarakat

- majemuk. *Jurnal Psikologi Indonesia*, 1, 73-79
- Primasari, A., & Yuniarti, K. W. (2012). What make teenagers happy? An exploratory study using indigenous psychology approach. *International Journal of Research Studies in Psychology*, 1(2).
- Quezada, L., Landero, R., & González, M. T. (2016). A validity and reliability study of the subjective happiness scale in Mexico. *The Journal of Happiness and Well-Being*, 4(1), 90-100
- Ratzlaff, C., Matsumoto, D., Kouznetsova, N., Raroque, J., & Ray, R. (2000). Individual psychological culture and subjective well-being. In E. Diener & M. E. Suh (Eds.), *Culture and subjective well-being* (pp. 37-60). Cambridge, MA: MIT Press
- Schimmack, U. (2006). Internal and external determinants of subjective well-being: Review and policy implications. In Y. K. Nothing & L. S. Ho (Eds.), *Happiness and public policy: Theory, case studies and implications* (pp. 67-88). New York: Palgrave
- Seligman, M. (2002). *Authentic happiness: Using the new positive psychology to realize your potential for lasting fulfillment*. New York: Free Press
- Staw, B. M., Sutton, R. I., & Pelled, L. H. (1994). Employee positive emotion and favorable outcomes at the workplace. *Organization Science*, 5(1), 51-71.
- Sugiarto, R. (2015). *Psikologi raos: Sainifikasi kawruh jiwa Ki Ageng Suryomentaram*. Sleman: Pustaka Ifada
- Suryomentaram, G. (1989). *Kawruh jiwa jilid 1: Wejanganipun Ki Ageng Suryomentaram*. Jakarta: CV Haji Masagung
- Uchida, Y., Norasakkunkit, V., & Kitayama, S. (2013). Cultural constructions of happiness: Theory and empirical evidence. In A. Delle Fave (Ed.), *The Exploration of Happiness* (pp. 269-280). Dordrecht: Springer Netherlands.
- Uchida, Y., & Ogiwara, Y. (2012). Personal or interpersonal construal of happiness: A cultural psychological perspective. *International Journal of Wellbeing*, 354-369.
- Veenhoven, R. (2012). Cross-national differences in happiness: Cultural measurement bias or effect of culture? *International Journal of Wellbeing*, 333-353.
- Widyarini, N. (2008). Kawruh jiwa Suryomentaram: Konsep emik atau etik. *Buletin Psikologi*, 16(1), 46-57.
- Watson, D., Clark, L. A., & Tellegen, A. (1988). Development and validation of brief measures of positive and negative affect: the PANAS scales. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54(6), 1063.