

BAB I

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG

Semua orang menginginkan kebahagiaan dalam hidupnya. Aristoteles (dalam Bertens, 1993) menyebutkan bahwa kebahagiaan merupakan tujuan utama dari eksistensi manusia di dunia. Kebahagiaan itu sendiri dapat dicapai dengan terpenuhinya kebutuhan hidup dan ada banyak cara yang ditempuh oleh masing-masing individu. Orang bekerja untuk memperoleh penghasilan dan pencapaian karier, orang berkeluarga untuk memenuhi kebutuhan akan cinta, dan kasih sayang. Begitu pula orang belajar untuk memenuhi kebutuhan akan ilmu pengetahuan. Semua kegiatan tersebut dilakukan untuk memperoleh satu tujuan, yaitu kebahagiaan.

Kebahagiaan merupakan konsep yang luas, seperti emosi positif atau pengalaman yang menyenangkan, rendahnya mood yang negatif, dan memiliki kepuasan hidup yang tinggi (Diener dkk, 2005). Kebahagiaan memberikan berbagai dampak positif dan berbagai aspek dalam kehidupan untuk menciptakan hubungan yang lebih baik dan juga menunjukkan produktivitas yang lebih besar (Carr, 2004). Memiliki kemampuan yang lebih baik dalam membuat keputusan mengenai rencana memiliki umur yang lebih panjang, kesehatan yang lebih baik, kreativitas yang lebih tinggi, dan kemampuan pemecahan masalah yang lebih baik (Carr, 2004). Banyaknya dampak positif yang dapat ditimbulkan ketika seorang individu merasa bahagia, menjadikan penelitian mengenai kebahagiaan dan cara

UNIVERSITAS MEDAN AREA

untuk meningkatkan kebahagiaan adalah hal yang sangat penting, khususnya pada remaja yang tinggal di Panti Asuhan.

Kehilangan kebahagiaan dapat dialami oleh siapa saja termasuk remaja di Panti Asuhan. Hilangnya kebahagiaan akan membuat remaja tidak memiliki arah dan tujuan yang jelas dalam hidupnya dan mereka tidak tahu apa yang harus dilakukan. Kegagalan dalam menemukan dan memahami kebahagiaan ini akan menimbulkan rasa frustrasi dan kehampaan. Hal ini diikuti dengan kemunculan emosi-emosi negatif seperti perasaan hampa, gersang, merasa tidak memiliki tujuan hidup, merasa tidak berarti, bosan dan apati (Bastaman dkk, (2006). Emosi-emosi negatif yang muncul itu akan melemahkan sikap remaja dalam menghadapi kesulitan hidup.

Kunci dari hidup yang baik yang seharusnya kita miliki dan juga di harapkan setiap orang adalah kebahagiaan oleh Waterman dkk, (2007). Menurut Seligman, (2002) bahwa kebahagiaan mengacu pada emosi positif serta aktivitas positif. Seligman, (2002) juga mengungkapkan bahwa kebahagiaan terdiri dari kepuasan akan masa lalu (*satisfaction about the past*), optimisme akan masa depan (*optimism about the future*), dan kebahagiaan masa kini (*happiness about the present*).

Keluarga berfungsi sebagai wahana ideal bagi persiapan individu yang kelak melanjutkan tongkat estafet kehidupan. Namun pada kenyataannya tidak semua manusia dalam perjalanan hidupnya beruntung dapat memiliki keluarga yang ideal. Banyak anak yang mengalami kenyataan pahit dalam hidupnya. Kematian atau perceraian orang tua, kemiskinan, keluarga tidak harmonis,