

BAB V

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

5.1. Analisis Keseluruhan Data

Berdasarkan data dari ketiga subjek yang telah diwawancarai dengan kriteria yang telah ditentukan, respon emosi positif dan negatif yang muncul serta kepuasan hidup pada ketiga subjek berbeda. Faktor-faktor yang mempengaruhi *subjective well-being* subjek juga berbeda, seperti rasa optimis, relasi sosial, harga diri positif, kontrol diri serta arti dan tujuan hidup.

Berdasarkan temuan data yang dilakukan oleh peneliti melalui observasi dan wawancara kepada tiga subjek mengenai gambaran *subjective well-being roleplayer* Korea dalam media sosial *twitter*, yaitu munculnya respon emosi positif dan negatif pada ketiga subjek serta kepuasan hidup yang berbeda. Subjek I dan III memunculkan respon emosi positif lebih banyak dibanding dengan subjek II. Subjek I, II, dan III menempuh pendidikan yang sama, yaitu sebagai mahasiswa tingkat akhir. Gambaran *subjective well-being* subjek dilihat dari aspek afektif dan aspek kognitif masing-masing subjek adalah sebagai berikut.

1. Aspek afektif

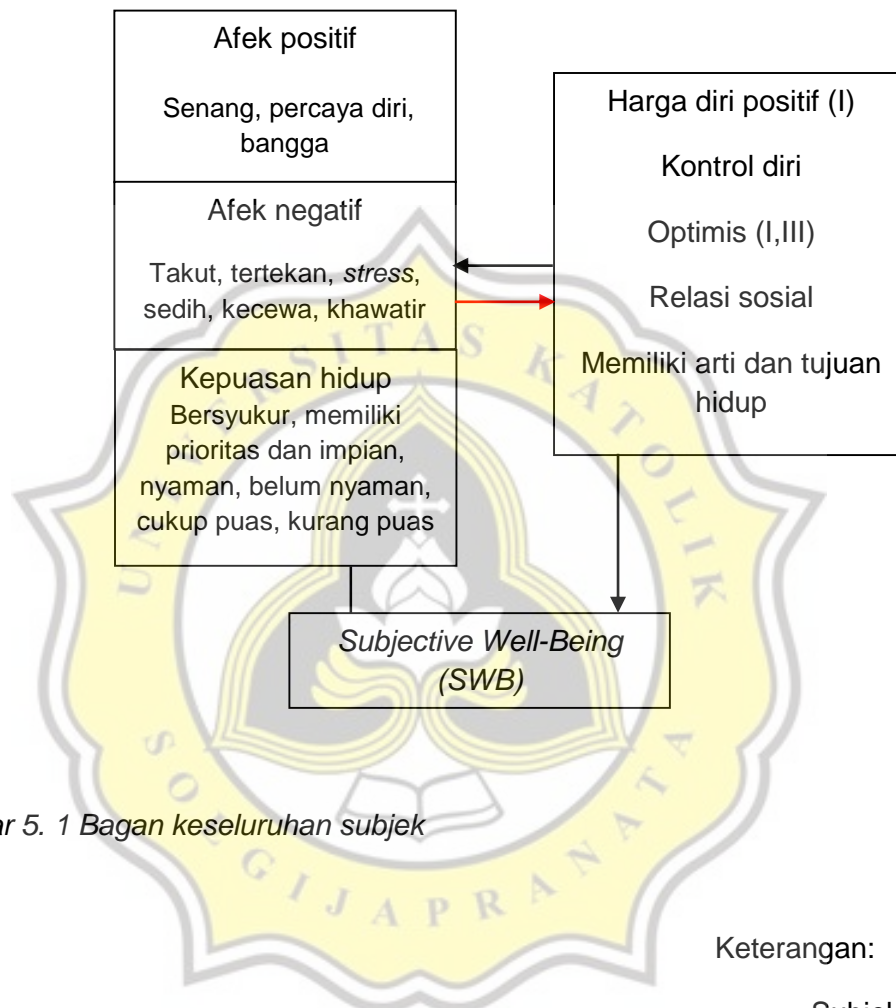
Pada subjek I, II, dan III respon emosi positif pada ketiga subjek muncul seperti menikmati aktivitasnya, menikmati fase, senang, percaya diri, dan bangga dengan dirinya. Sedangkan respon emosi negatif pada ketiga subjek yang muncul adalah perasaan takut, tertekan, *stress*, sedih, kecewa, dan khawatir. Namun respon emosi positif lebih banyak muncul

pada subjek I dan III, sedangkan pada subjek II lebih banyak respon emosi negatif yang muncul.

2. Aspek kognitif

Evaluasi kepuasan hidup pada subjek I,II,III meliputi prioritas masing-masing yang dimiliki dan impian-impianinya. Pada subjek I, ia bersyukur dan merasa nyaman secara keseluruhan dalam hidupnya, walaupun dalam segi mental ia masih merasa kurang nyaman. Subjek I juga merasa cukup puas dalam kehidupannya. Pada subjek II, ia belum merasa nyaman secara keseluruhan dalam hidupnya dan merasa puas tidak puas dengan hidupnya. Bahkan ia memandang hidupnya saat ini rumit, tetapi subjek II masih dapat menghargai proses dirinya. Pada subjek III, ia sudah selesai dengan masa lalunya, mengalami beberapa perubahan. Ia merasa nyaman secara keseluruhan dalam hidupnya, tetapi belum sepenuhnya puas. Subjek III sangat bersyukur atas apa yang dimilikinya.

Faktor-faktor yang muncul pada subjek I adalah harga diri positif, kontrol diri, optimis, relasi sosial serta arti dan tujuan hidup. Pada subjek II faktor-faktor yang muncul adalah kontrol diri, relasi sosial serta arti dan tujuan hidup. Sedangkan pada subjek III faktor-faktor yang muncul adalah kontrol diri, optimis, relasi sosial, serta arti dan tujuan hidup. Berikut adalah bagan ketiga subjek.



Gambar 5. 1 Bagan keseluruhan subjek

5.2. Pembahasan

Penelitian ini mengungkap *subjective well-being* berupa penilaian aspek afektif dan aspek kognitif dalam keseluruhan hidup *roleplayer* Korea dalam media sosial *twitter* serta melihat faktor-faktor yang mempengaruhi *subjective well-being* yang muncul. *Subjective well-being* adalah evaluasi keseluruhan kehidupan seseorang dari pengalamannya dengan melibatkan emosi positif dan negatif serta kepuasan hidup. Seseorang yang memiliki *subjective well-being* tinggi memiliki karakteristik tingkat emosi positif yang tinggi (afek positif). Tidak hanya memiliki tingkat emosi positif yang tinggi, tetapi juga sangat puas dengan hidupnya dan memiliki tingkat neurotisme yang rendah. Sebaliknya, Myers dan Diener (dalam Diansari, 2016) mengungkapkan bahwa seseorang dengan *subjective well-being* yang rendah akan timbul emosi atau perasaan yang tidak menyenangkan (afek negatif).

Afeksi positif merupakan respon emosi positif yang dialami seseorang terhadap peristiwa yang dialami. Respon emosi positif yang muncul pada ketiga subjek adalah perasaan senang, percaya diri, dan bangga.

Perasaan senang dialami ketiga subjek ketika menjadi *roleplayer*, karena ketiga subjek bebas melakukan apa saja ketika menjadi *roleplayer*, subjek juga dapat meluapkan emosinya yang tidak bisa mereka luapkan, selain itu banyak hal yang didapat pada masing-masing subjek ketika menjadi *roleplayer*. Subjek I memiliki tingkat percaya diri yang lebih tinggi dibanding subjek lainnya. Subjek I percaya diri untuk mencapai impiannya. Afek positif yang muncul lainnya adalah perasaan bangga. Subjek I dan II merasa bangga

dengan dirinya sendiri karena sudah mencapai sejauh ini, sedangkan subjek III lebih merasa bangga ketika orang lain bangga dengan dirinya. Respon emosi positif lebih sering muncul pada subjek I dan III. Seperti pada hasil penelitian Safitri (2014) bahwa para *roleplayer* merasa nyaman dalam *roleplay*.

Afeksi negatif merupakan respon emosi negatif yang dialami seseorang terhadap peristiwa yang dialami. Respon emosi positif yang muncul pada ketiga subjek meliputi perasaan takut, sedih, tertekan, *stress*, khawatir dan kecewa. Subjek I merasa takut tidak bisa memenuhi harapan keluarganya. Subjek II merasa *stress* adanya tuntutan dari orang tuanya dan mendapatkan label dalam dunia nyatanya, sehingga sulit untuk mengungkapkan perasaannya, maka muncul perasaan takut dan kecewa. Subjek III merasa sedih karena tidak dapat menyelesaikan tuntutan terdekatnya. Wirawan (2010) menjelaskan bahwa seseorang yang merasa kecewa dengan pengalamannya dan atas apa yang terjadi akan membuat kualitas kebahagiaan menurun. Walaupun afek positif lebih sedikit dibanding afek negatif yang muncul, tetapi afek positif lebih dominan.

Kepuasan hidup merupakan kondisi seseorang dengan rasa senang ataupun tidak senang terhadap keadaan yang mereka alami dengan kenyataan yang mereka alami (Ulfah & Mulyana, 2014). Ketiga subjek memiliki prioritas dan impiannya masing-masing di masa yang akan datang. Subjek I dan III merasa nyaman dengan keseluruhan dirinya, sedangkan subjek II belum merasa nyaman secara keseluruhan, memandang kehidupannya rumit,

tetapi menghargai proses dirinya. Shepard (Putri & Sutarmanto, 2012) menjelaskan bahwa penerimaan terhadap diri individu menunjukkan kepuasan dan kebahagiaan individu mengenai apa yang terjadi pada dirinya. Subjek I cukup puas atas keseluruhan hidupnya dan bersyukur ketika mendapat teman yang cocok, subjek II kurang puas dengan keseluruhan hidupnya dan subjek III belum sepenuhnya puas dengan keseluruhan hidupnya, tetapi selalu bersyukur atas kehidupan yang dimilikinya. Wirawan (2010) menjelaskan bahwa salah satu prediktor kebahagiaan adalah rasa syukur dan rasa syukur atas segala sesuatu yang telah dimiliki individu akan tetap dapat terus mengembangkan kebahagiaannya (dalam Ulfah & Mulyana, 2014).

Beberapa faktor yang mempengaruhi kepuasan hidup ketiga subjek muncul, seperti harga diri positif, kontrol diri, optimis, relasi sosial serta arti dan tujuan hidup. Ketiga subjek mempunyai kontrol diri yang cukup tinggi, hal ini ditunjukkan dimana ketiga subjek dapat memaknai peristiwa yang terjadi dalam kehidupannya, berperilaku tepat dalam menghadapi suatu peristiwa. Kedua subjek dapat mengambil keputusannya sendiri, sedangkan satu subjek merasa bingung dalam mengambil keputusannya sendiri, tetapi ketiga subjek dapat mengatasi sendiri konsekuensi atas keputusannya. Wirawan (2010) menjelaskan bahwa kemampuan seseorang untuk melakukan introspeksi dan mengambil hikmah dari berbagai peristiwa yang terjadi memiliki peranan penting terhadap kebahagiaan seseorang (dalam Ulfah & Mulyana, 2014).

Harga diri positif akan menumbuhkan rasa percaya diri, penghargaan diri, rasa yakin akan kemampuan dirinya, serta rasa yakin dan berguna akan

kehadirannya, harga diri yang tinggi berpengaruh pada peningkatan kebahagiaan (Baumeister, dkk dalam Febe et al., 2020). Subjek I memiliki harga diri positif yang lebih tinggi dibanding kedua subjek yang lain, karena memprioritaskan kebahagiaannya dan seberapa berharga dirinya.

Relasi sosial ketiga subjek baik terhadap teman-temannya dan relasi kedua subjek dengan keluarganya juga baik. Kedua subjek selalu didukung oleh keluarganya. Berbeda dengan salah satu subjek yang merasa relasi dirinya dengan keluarganya tidak cukup baik, subjek merasa diperlakukan berbeda dan diberikan tuntutan oleh orang tuanya. Bahkan subjek hilang rasa kepercayaan, karena pernah terjadi suatu peristiwa akibat faktor luar yang menyebabkan dirinya dan orang tuanya berdebat. Hal ini sesuai dengan pernyataan Myers (Papalia, Olds, & Feldman, 2009) bahwa dukungan sosial dari orang-orang terdekat merupakan pemberi kontribusi penting bagi kebahagiaan.

Subjek I dan III memiliki rasa optimis yang lebih tinggi dibandingkan subjek II, karena kedua subjek sudah memulai sedikit demi sedikit. Subjek III juga termotivasi oleh seorang temannya yang berhasil. Seseorang yang lebih optimis tentang masa depannya akan merasa lebih bahagia dan puas atas hidupnya (Diener dalam Ulfah & Mulyana, 2014).

Ketiga subjek memiliki arti dan tujuan hidupnya masing-masing, seperti mengalami perubahan dalam menjalankan ibadah dan masih berproses, berserah pada Tuhan ketika berada pada titik terendah dan merasa aman serta nyaman, dan bersyukur atas kehidupan yang dimilikinya. Individu

dengan keyakinan religi yang lebih tinggi memiliki kesejahteraan psikologis yang lebih tinggi (Ariati, 2010).

Subjective well-being merupakan evaluasi seseorang mengenai kehidupannya yang mencakup penilaian kognitif dan afektif yang meliputi perasaan positif maupun negatif yang telah dialami terhadap kepuasan hidupnya. Gambaran *subjective well-being* mengarah kepada kepuasan hidup seperti adanya pengalaman yang menyenangkan, sering merasakan emosi positif serta rendahnya tingkat emosi negatif (Ulfah & Mulyana, 2014).

5.3. Keterbatasan penelitian

Keterbatasan selama penelitian berlangsung adalah penelitian dilakukan secara *online* kepada ketiga subjek, karena situasi dan kondisi pandemi yang terjadi saat ini. Pengamatan hanya dilakukan ketika wawancara berlangsung, karena peneliti tidak dapat melakukan pengamatan secara langsung dan tidak bisa mendapatkan data yang sesungguhnya, sehingga mempengaruhi metode triangulasi pada keabsahan data. Sebagian besar data dalam penelitian diambil dari hasil wawancara. Peran peneliti dalam penelitian kualitatif juga dapat meningkatkan unsur subjektifitas dalam penelitian yang mungkin peneliti tidak sadari. Subjek dalam penelitian juga terbatas, karena peneliti hanya mengenal satu subjek yang bermain *roleplayer* Korea dan mendapatkan saran untuk mendapatkan subjek selanjutnya. Faktor-faktor yang mempengaruhi *subjective well-being* tidak dibahas secara mendalam.