BAB I

Pendahuluan

1. Latar Belakang Masalah

Bahagia satu kata yang diharapkan kehadirannya dalam setiap lika – liku kehidupan manusia. Tak ada yang tidak mengharapkan kehadirannya. Bahagia tidak hanya saat seseorang dapat memiliki materi berlimpah. Akan tetapi, setiap manusia memaknai kata bahagia secara berbeda-beda.. Menurut KBBI ( Kamus Besar Bahasa Indonesia ) , bahagia adalah keadaan atau perasaan senang dan tentram ( bebas dari segala yang menyusahkan ). Semua manusia belum tentu setuju atau sependapat dengan pengertian bahagia menurut KBBI. Dian seorang peneliti Psikhologi Sosial, membuat kata kunci bahagia sebelum mengartikn perasaan bahagia , di antaranya yaitu : relatif, state of mind, dan sementara.

Relatif menjadi salah satu kata kunci bahagia. Ini menandakan bahwa bahagia adalah perasaan yang bebas tanpa batas tak berujung bagi yang merasakannya, karena relatif sendiri merupakan sesuatu yang dapat dinilai jika memiliki pembanding, seperti yang terjadi pada kehidupan nyata, bahwa kesehatan lebih mudah memunculkan rasa bahagia dibandingkan pergi piknik bagi orang yang sedang sakit. Sedangkan bagi seorang pengangguran mendapatkan pekerjaan dapat mendatangkan kebahagiaan dibandingkan pergi belanja bersama teman. Setiap invidu memiliki cerita berbeda. Ukurannya pun menjadi sangat relatif.

Selain relatif, Dia juga menyebutkan state of mind sebagai salah satu kunci kebahagiaan. Menurutnya, pikiran manusia dapat mengkonstruk kebahagiaan. Kekuatan pikiran positif yang dimunculkan individu sangat mempengaruhi perasaan bahagia seperti apa yang individu inginkan dalam kehidupannya. Jika seseorang berpikir bahwa makan coklat dapat menghilangkan stress dan mengalami ketenangan hingga menjadikannya bahagia, orang tersebut berpikir bahwa makan coklat akan bahagia.

Kata kunci bahagia terakhir adalah sementara. Bahagia ada karena ada penderitaan. Keduanya berjalan secara bergantian, jika penderitaan tidak dialami maka kebahagiaan tidak pula dirasakan. Itu sebabnya kebahagiaan bersifat sementara..