

BAB IV

PAPARAN HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Pada bab ini akan dipaparkan dan diuraikan hasil analisa dari wawancara yang sudah dilakukan peneliti dengan para subjek atau responden dalam bentuk narasi. Pada bab ini juga akan dikemukakan deskripsi data subjek, data wawancara dan interpretasi data yang telah dilakukan. Hasil yang di dapat akan dianalisa agar dapat memperjelas hal-hal apa saja yang menjadi rumusan masalah pada penelitian ini. Selain itu, pada bab ini juga terdapat kutipan-kutipan wawancara yang dipaparkan dengan kode-kode tertentu. Sebagai contoh, b. 18-19, QF adalah kutipan pada baris 18 sampai 19, yang dilakukan oleh QF yang maksudnya adalah nama inisial dari subjek.

A. Paparan Hasil Penelitian

1. Identitas Subjek Penelitian

Pada bagian ini peneliti akan memaparkan identitas dari pada subjek-subjek yang terlibat dalam penelitian. Subjek dari penelitian ini terdiri dari 3 orang mahasiswa UIN Antasari Banjarmasin yang berbeda-beda jurusan dari angkatan kisaran 2018-2019 yang sedang menjalani perkuliahan *online*. adapun identitas subjek tersebut sebagai berikut:

Tabel.1.1 Identitas Subjek Penelitian

No	Perihal	Subjek 1	Subjek 2	Subjek 3
1	Nama Inisial	QF	R	D
2	Umur	21	20	21
3	Jenis Kelamin	P	P	P
4	Domisili	Birayang	Mandingin	Tamban
5	Jurusan/semester	PAI	Ekonomi Syari'ah	Psikologi Islam

Tabel. 1.2 Identitas Informan

No	Perihal	Informan QF	Informan R	Informan 3
1	Nama/Inisial	J	MIA	L
2	Usia	56	18	21
3	Status dengan Subjek	Ibu subjek	Adik subjek	Teman dekat subjek
4	Domisili	Birayang	Mandingin	Banjarmasin

2. Aktivitas Belajar Online Mahasiswa pada Masa Pandemi COVID-19

Sebelum diuraikan tentang gambaran kebahagiaan, proses mencapai kebahagiaan dan faktor-faktor yang mempengaruhi kebahagiaan, terlebih dulu akan diuraikan mengenai aktivitas perkuliahan online, perkuliahan online sendiri adalah salah satu solusi terbaik untuk mengatasi kendala pada sektor pendidikan yang terjadi dikarenakan adanya masa pandemi COVID-19, perkuliahan *online* ini tidak hanya satu lembaga pendidikan yang mengadakan, di Universitas Islam

Negeri Antasari pun juga melaksanakannya, dan perkuliahan online ini menjadi pengalaman baru bagi para subjek.

a. Subjek QF

Perkuliahan *online* ini merupakan hal yang baru dialami dan menurutnya adalah kebijakan yang bagus selama masa pandemi, akan tetapi pada kenyataannya pada pelaksanaannya masih belum optimal dan efektif. Hal ini menurut subjek QF karena masih banyak yang tidak menemukan poin-poin inti dari materi pembelajaran, selain itu mahasiswa juga kadangkala bisa saja melakukan trik supaya tetap dianggap hadir selama perkuliahan *online* berlangsung, padahal tidak, selain itu kuliah *online* bisa membuat mahasiswa menjadi kurang fokus ketika kuliah yang akhirnya pelajaran yang diterima tidak optimal. Berikut hasil wawancaranya:

“Persepsi saya tentang perkuliahan online ini, kalau untuk di masa pandemi ini sudah termasuk kebijakan yang bagus akan tetapi untuk keefektifan dan keoptimalan itu kurang karena terbukti di lapangan banyak seperti mahasiswa tidak menemukan poin-poin pembelajaran dengan efektif, malah banyak trik seperti mengikuti perkuliahan padahal tidak, dan karena kuliah online kan tidak tatap muka secara langsung itu lebih memudahkan multitasking dan bisa menyebabkan yang dipelajari tidak optimal”(b. 150-167, QF)

Perkuliahan *online* menurut QF cukup berpengaruh bagi kehidupan sosialnya, QF mengakui adanya keterbatasan untuk berkomunikasi dan bersosialisasi terutama dengan teman-temannya karena adanya penempatan mahasiswa secara random, QF juga menambahkan bahwa QF termasuk mahasiswa yang jarang keluar rumah kecuali jika urusan kuliahnya sudah selesai,

selain itu menurut QF kesehatan matanya sedikit terganggu. Berikut hasil wawancaranya:

“Perkuliahan online ini lumayan berpengaruh kak, karena dari ruang lingkup teman-teman kuliah jelas sekali perubahannya, karena jurusan kami di semester 5 PAI ini kan mengambil konsentrasi, otomatis orangnya random dan karena PAI itu orangnya banyak, jangankan mengenal karakternya, orang-orangnya saja mungkin tidak bertemu di dalam satu lokal itu tidak mesti satu sama lain tahu. Jadi karena hal itulah untuk komunikasi menjadi sulit, dan untuk ruang lingkup pertemanan saya pun juga terbatas karena satu, saya tipikal orang yang jarang ngumpul karena susah mendapat ijin, terhalang oleh jadwal kuliah. Jadi jelas sekali pengaruhnya bagi saya, apalagi kan misalkan ada acara keluarga akan tetapi pada saat itu ada jadwal kuliah saya lebih mengutamakan kuliah dulu. Jadi saya termasuk orang yang jarang keluar rumah karena jadwal kuliah itu mungkin ada yang full seharian.”(b.68-97, QF)

Selain dari pada itu, menurut QF perkuliahan *online* juga memiliki dampak positif, terutama pada masalah waktu yang lebih banyak baik dengan keluarga atau bisa digunakan untuk melakukan aktivitas lainnya. berikut hasil wawancaranya:

*“Dampak positif yang jelas terlihat ya itu tadi kak, **qualitytime, lebih banyak waktu berkumpul dengan keluarga**, lebih berasa di rumah karena kuliah online kan tidak tatap muka secara langsung itu **lebih memudahkan multitasking** dan bisa menyebabkan yang dipelajari tidak optimal”(b.211-217, QF)*

Orang tua QF menambahkan bahwa walaupun perkuliahan dilaksanakan secara *online* QF selalu membantu pekerjaan rumah, pekerjaan ibunya, pekerjaan kakaknya, taat beribadah dan selalu meminta restu dari kedua orang tuanya, berikut penuturan ibunya:

“QF itu selalu aktif dalam menjalankann ibadah, QF selau membantu pekerjaan mamah, kakaknya, walaupun kuliah online QF tetap menjalankan tugasnya, dia juga selalu meminta doa ayah dan ibunya” (wawancara dengan ibu QF)

Menurut QF jika dibandingkan antara perkuliahan *online* dan perkuliahan *offline*, dari segi keefektifan perkuliahan lebih unggul karena tingkat fokus lebih tinggi dan pada kuliah *online* fokusnya terbagi-bagi dan kadang bisa menurunkan semangat, akan tetapi baik *offline* ataupun *online* keduanya memiliki dampak baik dari segi positif ataupun negatif, yaitu seperti pada kuliah *online* positifnya adalah punya banyak waktu dengan keluarga dan negatifnya adalah kuliah di nomor duakan, sedangkan kuliah *offline* positifnya adalah kurangnya waktu bersama keluarga akan tetapi bisa lebih fokus ketika kuliah. QF juga menambahkan bahwa minus dan silinder di matanya bertambah. Berikut hasil wawancaranya:

“Dibandingkan dari segi keefektifan, lebih efektif offline atau tatap muka karena fokus tidak terbagi, kalau online fokusnya terbagi-bagi dan kadang menurunkan semangat. Kalau dari dampak secara positif qualitytime, membantu orang tua, kalau negatifnya kuliah di nomerduakan. Kalau offline qualitytime kurang tapi lebih fokus, kesehatan mata saya juga nambah minus sama silindernya ketika online hehehe”(b.377-386,QF)

B. Subjek R

Tidak hanya QF, bagi subjek R pun perkuliahan *online* juga merupakan hal yang baru dialami, menurut R perkuliahan *online* ini menjadi solusi terbaik bagi pendidikan selama masa pandemi, mau tidak mau harus diterima karena memang hanya secara daring perkuliahan dapat berjalan. R mengakui bahwa dalam menjalaninya R terkesan santai saja. Berikut hasil wawancaranya:

“Pastinya perkuliahan ini jadi solusi terbaik untuk pendidikan di masa pandemi, karena tidak diperbolehkan tatap muka secara langsung. Kita juga tidak bisa memaksa untuk bertemu langsung, karena melanggar pemerintah. Kalau saya santai saja apalagi kalau tidak ada kendala apapun” (b.132-143, R)

Perkuliahan *online* menurut R membuat R kurang menikmati hari-harinya karena jadwal kuliah yang terkadang menghabiskan banyak waktu, kesempatan bagi R untuk bersosialisasi, membantu orang tua dan berbicara dengan keluarga atau orang sekitar adalah ketika jadwal kuliah sedang libur atau sudah selesai.

Berikut hasil wawancaranya:

“Kalau saya kurang menikmati kak, karena terkadang kuliah online menghabiskan banyak waktu dan harus fokus, jadi waktu tidak berasa... Kalau untuk sosialisasi baik dengan keluarga atau masyarakat ya tadi, habis kuliah online tapi kalau engga kuliah saya membantu orang tua, keluar dari rumah untuk berbicara dengan kakak atau orang sekitar.(b.46-59,R)

Menurut R perkuliahan *online* juga memiliki dampak positif, terutama masalah waktu yang lebih banyak, bisa digunakan untuk membantu orang tuanya seperti mengantar dan menjemput orang tuanya berjualan, juga pengeluaran dana yang tidak sebanyak ketika menjalani perkuliahan *offline*. Berikut hasil wawancaranya:

“waktu qualitytime lebih banyak, bisa antar jemput mama jualan, sama dana yang keluar tidak sebanyak sewaktu offline” (b.176-179, R)

Salah satu keluarga R membenarkan bahwa R selain kuliah *online* juga sering membantu orang tuanya jika tidak ada jadwal kuliah, berikut penuturannya:

“dia kalau di rumah, kalau nggak kuliah ya bantu-bantu orang tuanya, sering kumpul-kumpul juga dan membicarakan banyak hal”(wawancara adik R)

R berpendapat jika dibandingkan dengan perkuliahan *offline*, ketika menjalani perkuliahan secara *online*, hal yang paling menonjol adalah dari segi komunikasi dengan teman-temannya, R mengakui agak kesulitan berkomunikasi. R kurang muncul di grup dan hanya akan bertanya kepada teman tertentu, R merasa lebih mudah secara langsung dalam hal komunikasi. berikut hasil wawancaranya:

“Kalau untuk perbandingan yang paling menonjol itu komunikasi dengan teman, kalaunyaonline saya kurang bisa muncul di grup, hanya ke orang tertentu misal ingin bertanya juga kepada orang yang dekat, jarang ke grup karena takut. Kalau offline mudah untuk berbicara secara langsung”(b.317-327,R)

C. Subjek D

D juga baru mengalami perkuliahan *online* dan D merasa tetap merasa nyaman, walaupun D tidak bertemu langsung dengan teman-temannya D menganggap bahwa perkuliahan *online* ada plus minusnya, menurutnya D juga tidak bisa bersikeras menolak adanya perkuliahan *online* yang berakhir dengan tidak masuk atau mogok kuliah. Berikut hasil wawancaranya:

”Pandangan saya ya, kalau menurut saya nyaman-nyaman saja, ya walaupun tidak bertemu dengan teman-teman, ada plus minusnya sih cuman kita juga gak bisa bersikeras atau memberontak gara-gara online terus gak masuk atau mogok kuliah”(b. 128-135, D)

Bagaimanapun kesulitan yang D alami ketika menjalani perkuliahan secara *online* D menyatakan bahwa penting bagi D untuk terus menikmati hari-

hari yang D lalui di masa pandemi ini karena jika tidak menurut D dia akan rugi.

Berikut hasil wawancaranya:

“Dinikmati aja sih kak, soalnya kalau nggak dinikmatin ya gimana? Rugi gak sih? Intinya ya mau sakit atau enggak ya nikmat.”(b.49-52,D)

Menurut D perkuliahan *online* juga memberikan dampak positif bagi D, D mengakui bahwa ketika perkuliahan *online* D merasa diberi kemudahan, lebih santai, waktu yang lebih banyak bisa digunakakan bersama keluarga seperti bantu-bantu di rumah dan untuk aktivitas lainnya. Berikut hasil wawancaranya:

“Dampak positifnya itu, seperti diberi kemudahan kak, kan online ya jadi lebih memudahkan, bisa sambil mengerjakan hal lain, bisa sambil ngerjakan tugas lain, bahkan juga bisa sambil rebahan, lebih santai sih”(b. 191-199,D)

“Soalnya gini kak, biasanya kan kalau kita kuliah offline kita di kost, kalau online kita di rumah, jadi bisa sambil bantu-bantu di rumah, lebih banyak waktunya di rumah walaupun kadang ada sibuk nugas dan macam-macam. Ya lebih banyak waktu lah”(b.206-214,D)

Jika dibandingkan dengan perkuliahan *offline*, menurut D perkuliahan *online* memberikan kesempatan kepada D untuk lebih aktif, D mengakui bahwa materi perkuliahan masih bisa dia pelajari walaupun tertinggal, D juga lebih fokus ketika *online* karena ketika kuliah *offline* D lebih senang duduk di posisi bangku belakang yang berdekatan dengan teman-teman laki-laki yang menyebabkan D kurang fokus, lokal yang panas dan masalah lainnya seperti mengantuk dan lain-lain. D merasa lebih percaya diri ketika mengikuti perkuliahan *online*. Berikut hasil wawancaranya:

“Lebih aktif di online sih kak, apalagi kalau mata kuliah yang saya sukai. Soalnya gini kak, misalkan saya sibuk atau apa, saya masih bisa mempelajarinya ya walaupun tertinggal masih bisa aja gitu. Sedangkan kalau offline harus hadir di tempat secara langsung, saya suka tapi saya tipe mahasiswa yang senang duduk di belakang hahaha, jadi kan kumpul sama teman laki-laki kadang mereka ngajak bicara jadi saya kurang fokus, belum lagi lokal panas, ngantuk segala macam lah, jadi jarang bertanya. Kalau di rumah saya lebih banyak bertanya apalagi kalau dosennya asik, senang bercanda, gitu sih kak” (b.341-363, D)

“Iya kak, kan online kan jadi muka sendiri gak muncul hahaha, jadi misal kalau ada pertanyaan dan jaringan terkendala nggak bisa open mic masih bisa diketik aja” (b.366-369,D)

3. Gambaran, Proses Mencapai, dan Faktor yang Mempengaruhi Kebahagiaan

a. Subjek QF

1) Gambaran Kebahagiaan Berdasarkan Aspek Kebahagiaan

a) Hubungan Positif dengan Orang Lain

Beberapa dampak yang muncul pada QF ketika menjalani perkuliahan *online* adalah berkaitan dengan hubungan positif dengan orang lain, QF mengakui bahwa memang tidak ada perubahan drastis sebelum menjalani perkuliahan ataupun sesudah menjalani perkuliahan *online*, kehidupan sosial QF masih dalam batas normal. Berikut penuturannya:

“Kehidupan sosial saya selama pandemi ini masih terbilang normal, tidak ada yang berubah drastis tapi mungkin perubahan yang jelas terlihat itu karena sekarang kuliah dilaksanakan secara daring saya lebih banyak waktu untuk berkumpul dengan keluarga saya” (b. 39-49, QF)

Hanya saja QF mengakui ada sedikit pengaruh pada kehidupan sosialnya yang berkaitan dengan ruang lingkup teman-teman kuliahnya, karena selama menjalani perkuliahan *online* QF jarang bahkan hampir tidak pernah bertemu dengan teman-teman kuliahnya, sebagaimana yang ia sampaikan berikut:

“untuk komunikasi menjadi sulit, dan untuk ruang lingkup pertemanan saya pun juga terbatas karena satu, saya tipikal orang yang jarang ngumpul karena susah mendapat ijin, terhalang oleh jadwal kuliah” (b. 85-94, QF)

Meskipun demikian QF mengaku masih bisa menikmati hari-hari ketika menjalani perkuliahan *online*, karena QF memiliki kemampuan adaptasi yang tinggi, menurutnya sekalipun ingin protes seperti apapun tidak bisa, berikut wawancaranya:

“Kalau berbicara dari segi menikmati atau tidak, saya terbilang menikmati, karena saya pribadi termasuk orang yang mudah beradaptasi dengan sesuatu yang baru. Kalau dipikir-pikir kita mau protes seperti apapun tidak bisa, jadi lebih baik dinikmati, pasti ada dampak positifnya untuk kita, jadi nikmati saja, malah bisa sambil tiduran hahahah” (b. 53-62, QF)

QF mengakui bahwa QF dalam hal bersosialisasi pun sekarang dominan lewat *online*, dan QF jarang bertemu dengan teman-temannya. Berikut wawancaranya:

“Kalau selama pandemi ini lebih ke online kak, nggak ada perubahan sih cuman ya itu tadi kalau sama teman-teman sekarang udah jarang ketemu karena nggak turun kelas lagi” (b. 101-104, QF)

b) Keterlibatan Penuh

Terlibat penuh dalam setiap pekerjaan atau kegiatan yang sedang dikerjakan adalah salah satu hal yang membuat seseorang bisa bahagia, dalam hal ini QF mengakui bahwa dalam perihal perkuliahan *online*, QF dominan memiliki perasaan *moody*, terkadang hal-hal yang tidak berarti bagi orang lain menjadi alasan bagi mood QF meningkat ataupun sebaliknya, jika moodnya meningkat QF akan semangat mengikuti perkuliahan dan jika moodnya sedang turun semangat QF dalam kuliah juga akan kurang semangat dan seadanya mengikuti perkuliahan, berikut hasil wawancaranya:

“Masalah perasaan, karena saya orangnya moody jadi terkadang hal-hal sepele bisa membuat mood saya naik, ketika mood saya naik saya jadi semangat mengikuti perkuliahan, dan sebaliknya semisal mood saya lagi down saya menjadi kurang semangat dan seadanya saja mengikuti perkuliahan” (b. 108-116, QF)

QF mengakui tidak banyak hal mendetail yang dia persiapkan ketika menjalani perkuliahan *online* ini, QF hanya memeriksa hal seperti grup dan mempersiapkan laptop. Berikut wawancaranya:

“Untuk persiapan mendetail ngga ada sih kak, mungkin seperti memantau grup sama membuka laptop, kalau persiapan mendetail sekali itu ngga ada” (b. 120-124, QF,)

Dalam hal kehadiran QF tetap sukarela berhadir, QF menganggap bahwa sukarela atau tidak perkuliahan akan tetap berjalan ada atau tanpa dirinya, berikut wawancaranya:

“Rela-rela aja sih kak menghadiri perkuliahan online ini, kita mau rela atau enggak rela jatuhnya ya tetap saja kuliah sistemnya online hahaha ngga bisa walaupun kita nggak rela perkuliahan ya tetap jalan ada atau nggak adanya kita”(b. 128-144, QF)

QF menyatakan bahwa tugas seorang mahasiswa memang kuliah, belajar dan mengerjakan tugas jadi tidak ada alasan baginya untuk terlambat dalam mengerjakan atau mengumpulkan tugas sekalipun QF adalah tipe mahasiswa yang mengerjakan di akhir waktu pengumpulan, QF menyatakan bahwa ada beberapa dosen yang tidak menerima pengulangan nilai ketika terlambat mengumpulkan tugas, sedangkan menurut QF, QF sendiri tidak tahu nilainya yang didapat tinggi atau tidak, berikut wawancaranya:

*“Untuk pengumpulan tugas saya bisa disebut tepat waktu dan jarang terlambat tapi saya bukan tipikal orang yang ketika tugas datang langsung mengerjakan, tapi lebih ke tipikal **deadliner** atau ketika waktu pengumpulan sudah dekat baru saya mengerjakan. Paling lambat beberapa menit sebelum batas pengumpulan saya sudah mengumpulkan tugas. Alasan utama kalau bagi saya karena itu keharusan hahahah, **kita kuliahkan sudah pasti tugas menjadi kewajiban** dan misalkan terlambat mengumpulkan **ada beberapa dosen yang tidak menerima atau pengulangan nilai sedangkan saya tidak tahu apakah nilai yang akan saya dapatkan tinggi atau tidak, setidaknya tidak kurang”(b. 175-196, QF)***

Walaupun sibuk dengan kuliahnya QF tidak melupakan kegiatan yang harus dia lakukan bersama dengan keluarganya semisal berkumpul-kumpul siang. Berikut hasil wawancaranya:

“Macam-macam sih kak, tapi lebih seringnya ngumpul-ngumpul siang”(b. 203-205, QF)

Orang tua QF juga membenarkan bahwa QF memang sering berkumpul dengan keluarganya jika QF tidak sedang kuliah ataupun mengerjakan tugas, QF sering menceritakan banyak hal, berikut penuturan orang tuanya:

“Benar, QF selalu berkumpul dengan keluarga setelah dia melaksanakan tugas dan QF selalu suka bercerita ketika berkumpul” (wawancara ibu QF)

c) Penemuan Makna dalam Keseharian

Selama menjalani perkuliahan *online* QF dapat menemukan dampak positif, diantaranya adalah waktu yang berkualitas lebih banyak berkumpul dengan keluarga dan lebih merasa sedang berada di rumah, berikut penuturannya:

“Dampak positif yang jelas terlihat ya itu tadi kak, qualitytime, lebih banyak waktu berkumpul dengan keluarga, lebih berasa di rumah eheheh” (b. 211-217, QF)

Bagi QF sedikit banyak dampak positif yang dia ambil membawa perubahan dalam kesehariannya terutama dalam hal komunikasi dan rencana-rencana QF kedepannya, berikut wawancaranya:

“Menurut saya, segala sesuatu yang menjadi rutinitas itu selalu membawa perubahan sekecil apapun, karena saya sekarang sering di rumah saya menjadi tahu tentang permasalahan keluarga dan saya menjadi sering bercerita dengan ibu saya tentang perkuliahan dan planning masa depan, jadi ringkasnya perubahannya itu lebih ke komunikasi dan planner-planner masa depan” (b. 225-238, QF)

Orang tua QF mengungkapkan bahwa QF sering kali membicarakan tentang cita-cita untuk masa depannya, berikut penuturannya:

“Ia sering membicarakan cita-citanya untuk masa depan, dia selalu berangan-angan dan cita-cita untuk masa depannya, sebagai orang tua saya selalu mendukung, terutama untuk mengarah kepada kehidupan akhirat” (wawancara ibu QF)

d) Optimis Akan Masa Depan

Ketika ditanya apakah QF mampu melewati perkuliahan *online* dengan baik, QF dengan sungguh-sungguh mengiyakan walaupun menurut QF tidak optimal, berikut wawancaranya:

“Yakin nggak yakin harus yakin walaupun tidak optimal tapi insyaaAllah semoga baik. kalau di persenkan keyakinan saya itu mungkin 75%” (b. 268-272, QF)

Selain itu QF juga mengakui bahwa memang perkuliahan *online* terbilang mempengaruhi ke masa depannya apabila dia tidak sungguh-sungguh mengikutinya, QF mengakui bahwa ada sedikit kekhawatiran jika dia tidak optimal mengikuti perkuliahan *online* dia juga tidak bisa optimal mengamalkan ilmu yang dia dapat di masa depan apalagi keinginan QF adalah menjadi seorang guru, berikut wawancaranya:

“Menurut saya pribadi, perubahan dalam sistem perkuliahan online ini terbilang sangat mempengaruhi karena kita belajarnya tidak optimal yang kita dapatpun juga tidak optimal berarti apa yang akan kita berikan dan salurkan ke depannya juga tidak optimal, terlebih seperti saya kan keguruan, kalau sekarang saya belajarnya tidak optimal nanti kalau saya jadi guru yang saya sampaikan pun tidak optimal, dan masa pandemi ini semangat belajar saya bisa disebut turun” (b. 242-261, QF)

Dalam hal motivasi QF mengakui bahwa dia adalah tipe yang tidak konsisten dalam motivasi, tergantung mood dan pola pikirnya akan tetapi QF mengungkapkan bahwa tugas seorang mahasiswa adalah belajar, terlepas dari hal itu QF mengungkapkan bahwa jika sesuatu dilihat dari sisi positifnya saja, rasa menerima itu akan hadir dengan sendirinya. Berikut hasil wawancaranya:

“Motivasi saya setiap waktunya beda-beda, saya tipikal orang yang tidak konsisten dengan motivasi sebenarnya. Tergantung mood atau pola pikir pada saat itu mungkin, I mahasiswa itu memang tugas dasarnya, kewajibannya belajar, karena sekarang sistem daring yaa ayo kalau memang tugas kerjakan, kalau melihat dari sisi positifnya saja kesukarelaan itu muncul sendirinya jadinya gak berat menjalaninya” (b. 277-293, QF)

e) Resiliensi

Selama menjalani perkuliahan *online* QF mengakui bahwa perkuliahan *online* harus dinikmati dan disyukuri, QF mengakui bahwa tidak pernah sedikitpun terpikirkan untuk menyerah atau berhenti kuliah karena segala sarana prasarana QF sudah cukup memadai ditambah dengan keluarga yang selalu mendukung langkah QF, berikut wawancaranya:

“Nggak ada sih kak kalau pikiran ingin menyerah atau berhenti kuliah, karena satu ini sudah dua pertiga jalan terlewati, fasilitas saya juga memadai, ekonomi saya tidak terlalu memikirkan untuk bayar kuliah, sedangkan sebagian orang memilih terminal karena terkendala ekonomi, dan dukungan orang tua juga bagus, jadi saya tidak pernah terbesit ingin berhenti atau menyerah kuliah” (b. 303-317, QF)

Selain itu QF mengakui bahwa perasaan-perasaan negatif pasti pernah muncul apalagi QF sendiri adalah orang yang mudah bosan dan jarang disalahkan,

akan tetapi QF mengungkapkan bahwa untuk tetap berpikiran positif karena menurut QF pikiran positif itulah yang mengatasi perasaan-perasaan negatif yang muncul. Berikut hasil wawancaranya:

*“Kalau perasaan-perasaan negatif itu pasti muncul, karena manusia nggak mungkin selalu semangat terus-terusan, nggak mungkin selalu tertawa **apalagi saya tipikal orang yang mudah bosan**, apalagi semisal ada dosen yang meminta saya beropini tapi akhirnya mematahkan opini saya, **saya jarang disalahkan jadi pasti ada rasa yang tidak nyaman**. Kalau untuk mengatasinya saya pribadi lebih mengikuti alurnya, walaupun tidak sepenuh hati lagi mengikuti tapi sebisa mungkin tetap mengikuti, seiring berjalannya waktu akan kembali menjadi nyaman lagi, **berpikir positif saja karena pikiran positif itu yang sering mengatasi hal-hal negatif**” (b. 324-343, QF)*

Ibu QF mengungkapkan bahwa kadang QF juga berkeluh kesah kepadanya, akan tetapi lebih banyak yang dia ceritakan berkaitan dengan kegembiraannya bersama teman-temannya, berikut penuturan ibu QF:

“kadang kala, QF memang bercerita tentang keluh kesahnya tapi yang sering dia ceritakan adalah cerita gembira dengan teman-temannya” (wawancara ibu QF)

2) Proses Mencapai Kebahagiaan

QF mengakui dalam perihal mencapai kebahagiaan ketika menjalani perkuliahan *online* QF sesekali mengalihkan fokusnya yang awalnya fokus untuk kuliah dia alihkan dengan cara sambil makan atau nyemil cokelat, QF juga menambahkan untuk mendengarkan hal baik dan mengurangi pikiran yang berat, berikut wawancaranya:

“Biasanya saya sambil ngemil coklat kak, lebih banyak mendengarkan hal baik dan mengurangi pikiran terlalu berat” (b. 391-393, QF)

QF mengakui bahwa berbicara tentang bahagia adalah ketika bisa mensyukuri apa yang ditakdirkan, yang diatur karena segala yang baik atau buruk selalu ada dampak positif atau hal buruk yang bisa saja memberi pelajaran untuk kedepannya, dalam hal mengeluh dia juga sering mengeluh, manusiawi akan tetapi kembali lagi berpikir bahwa segala sesuatu yang terjadi harus disyukuri dan yakin akan ada hal positif di baliknya, karena bagi QF keluhan tidak akan memberi perubahan apapun, berikut hasil wawancaranya:

“Bahagia itu dulu, menurut saya misalnya kita bisa mensyukuri apa yang ditakdirkan untuk kita apa yang diatur untuk kita dan mensyukuri lah, karena segala sesuatu itu baik atau buruknya selalu ada dampak positifnya untuk kita, bahkan bisa saja hal-hal buruk yang terjadi sama kita itu memberi pelajaran untuk hari-hari kedepannya. Kalau urusan mengeluh ya saya juga mengeluh cuman kata-kata itu terbantahkan seperti apasih yang harus dikeluhkan, laptop masih bagus, hp bagus, jaringan kurang memikirkan, orang tua paham dan mendukung, saya belum berkerja, jadi yaa sepantasnya harus bersyukur bahkan saya masih kurang bersyukur setelah itu, saya juga berpikir misalkan mau mengeluh seperti apapun tetap sistem kebijakan kemendikbud itu nggak berubah kak” (b. 397-425, QF)

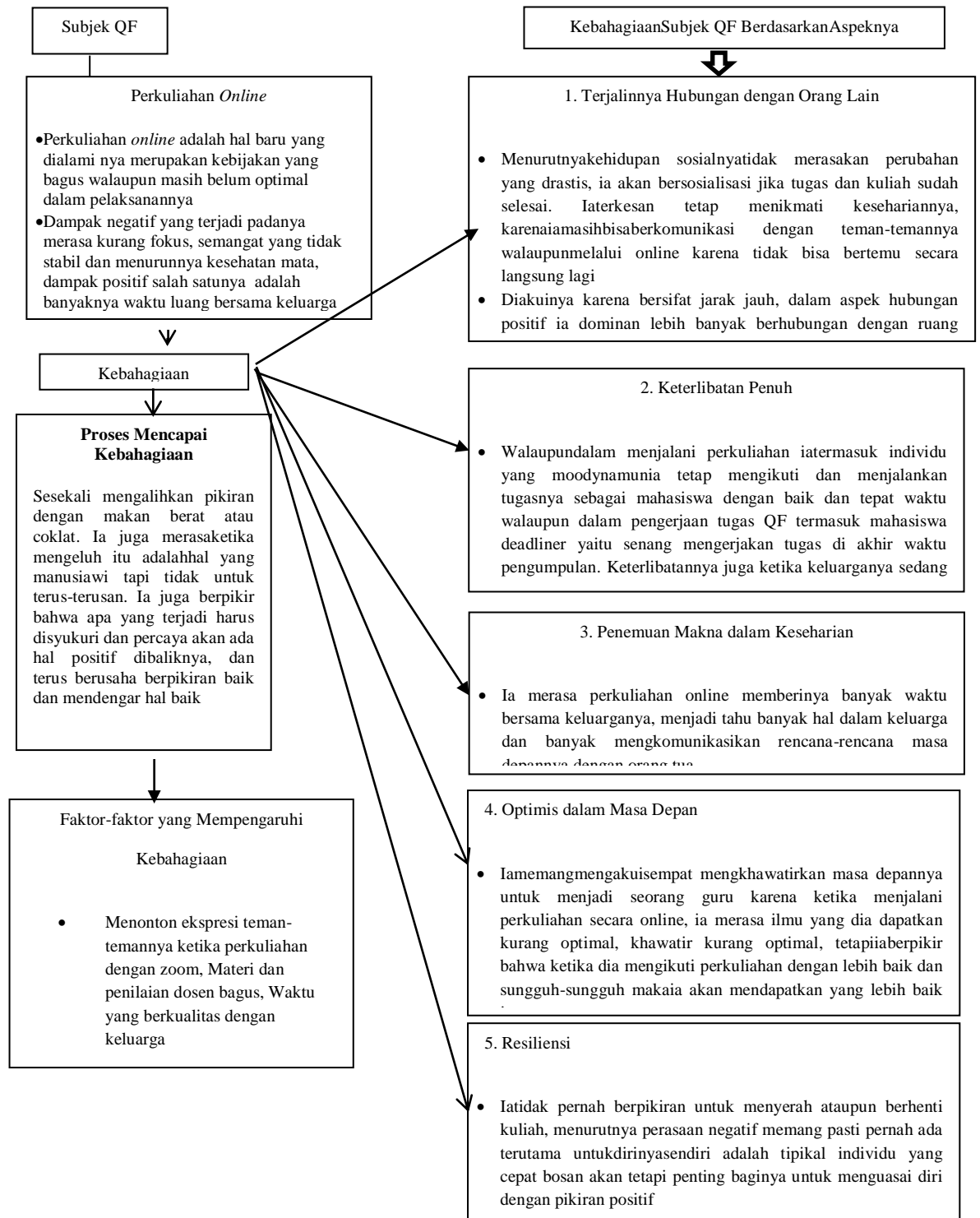
3) Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kebahagiaan

Ketika ditanya tentang hal apa saja yang mempengaruhi kebahagiaan dalam menjalani perkuliahan *online*, QF mengakui bahwa dia senang memperhatikan ekspresi teman-temannya ketika kuliah *online* berlangsung dengan video langsung, QF juga mengakui bahwa ada beberapa dosen yang

membuatnya nyaman, semisal materi yang dituturkan mudah dimengerti, dosen yang tidak pelit nilai, dan sebagainya. QF juga menambahkan bahwa waktu berkumpul dengan keluarga dikarenakan perkuliahan yang dilaksanakan secara *online* juga menambah rasa bahagia dalam dirinya, sarana pra-sarana yang memadai, dan keluarga yang memahami situasinya. Berikut hasil wawancaranya:

“Saya suka melihat ekspresi-ekspresi orang ketika kuliah dengan googlemeeet, membuat mood senang bahagia. Orang juga mengatakan bahwa jurusan saya tidak sulit jadi pikiran saya terdikte seperti itu, saya merasa tidak terbebani, sebagian dosen yang mengajar banyak hal yang beliau berikan, sebagian tidak memberatkan, sebagian tidak pelit nilai dan sebagian dosen mengajar dengan teknik yang membuat nyaman, waktu qualitytime dengan keluarga lebih banyak, sarana alhamdulillah memadai, orang rumah memahami. Karena online dalam hal keefektifan pasti sulit, tapi saya punya harapan, untuk lembaga semoga lebih bisa memperhatikan dan mencari metode yang lebih nyaman di terima, untuk dosen-dosen kalau bisa jangan terlalu banyak memberi tugas heheheh” (b. 349-369, QF))

Skema Gambaran Proses Mencapai Kebahagiaan dalam Perkuliahan Online pada Masa Pandemi COVID-19 pada Subjek QF



b. Subjek R

1) Gambaran Kebahagiaan Berdasarkan Aspek Kebahagiaan

a) Hubungan Positif dengan Orang Lain

Beberapa dampak yang muncul pada R ketika menjalani perkuliahan *online* yang berkaitan dengan hubungan positif dengan orang lain adalah R mengakui bahwa sebenarnya baik ketika perkuliahan *offline* ataupun *online* R memang jarang bersosialisasi dikarenakan ketika perkuliahan *offline* R sendiri adalah mahasiswa yang tidak terlalu sering bersosialisasi dikarenakan R tidak tinggal di daerahnya sendiri atau dengan kata lain perantau, berikut penuturannya:

“Oh iya berarti ini berkaitan dengan kehidupan sosial ketika perkuliahan offline kan ka, kalau dengan keluarga atau masyarakat kehidupan sosial saya kurang karena terpisah saya nggak diam di daerah sendiri” (b. 25-32, R)

Ketika menjalani perkuliahan *online* R kesulitan dalam bersosialisasi karena terkadang perkuliahan *online* memerlukan fokus jadi dalam hal sosial harus dikesampingkan terlebih dahulu kecuali jika jadwal kuliah tidak seharian penuh. Berikut hasil wawancaranya:

“Kalau perkuliahan online ini kan harus fokus. Misal ada jadwal kuliah ya tidak bisa, tapi kalau tidak ada jadwal kuliah bisa saja bersosialisasi sama masyarakat atau keluarga” (b. 36-41, R)

Hanya saja dalam kesehariannya R terbilang tidak menikmati dikarenakan perkuliahan *online* yang menyita fokus dan banyak waktunya. Berikut wawancaranya:

“Kalau saya kurang menikmati kak, karena terkadang kuliah online menghabiskan banyak waktu dan harus fokus, jadi waktu tidak berasa” (b. 46-50, R)

R menyatakan bahwa perkuliahan *online* berpengaruh dalam kehidupan sosialnya, dalam hal sosial komunikasi R tergantung dengan jadwal kuliahnya, jika selesai atau tidak ada kuliah R akan membantu orang tua, keluar dari rumah untuk berbicara dengan saudara atau orang sekitarnya. Berikut hasil wawancaranya:

“Kalau untuk sosialisasi baik dengan keluarga atau masyarakat ya tadi, habis kuliah online tapi kalau tidak kuliah saya membantu orang tua, keluar dari rumah untuk berbicara dengan kakak atau orang sekitar” (b. 72-80 R)

b) Keterlibatan Penuh

Perihal keterlibatan secara langsung, R mengakui bahwa perasaan R ketika menjalani perkuliahan *online* tergantung dari situasi yang R hadapi, R akan kuliah dengan nyaman jika tidak ada kendala dan sebaliknya R akan terganggu jika perkuliahan terkendala terutama dengan permasalahan sinyal, berikut penuturannya:

“Hmm kalau saat menjalani perkuliahan online itu perasaan saya ya tergantung situasinya kalau kuliah online lancar jaringan atau nggak ada kendala senang, tapi kalau sebaliknya saya merasa terganggu” (b. 86-101,R)

Adik R membenarkan bahwa R jarang berkeluh kesah akan tetapi ketika jaringan sedang tidak stabil dan kouta habis R akan terlihat sedikit kesulitan, berikut penuturannya:

“Kalau lagi kuliah dia baik-baik saja, jarang mendengar keluhannya akan tetapi ketika kouta internet tiba-tiba habis atau jaringan terganggu dia akan kerusuhan” (wawancara adik R)

R mengakui bahwa dalam hal persiapan R cukup mempersiapkan barang-barang yang dirasa penting dan memang ada kaitannya dengan perkuliahan *online*, berikut wawancaranya:

“Kalau untuk persiapan yang penting pulpen, buku, terus laptop, yang pentingnya yang harus disiapkan” (b. 107-110,R)

Dalam hal kehadiran R mengakui bahwa jika dia menginginkan hasil yang memuaskan maka dia juga harus berhadir dalam perkuliahan, R mengungkapkan bahwa dia kuliah untuk keluarganya dan agar tidak mengecewakan karena kehadiran termasuk bobot penilaian dan ketika tidak masuk maka akan berimbas kepada nilainya, berikut wawancaranya:

“Jadi kalau mengadiri kuliah itu ya memang diharuskan. Kenapa? Karena memang seharusnya kalau mau mencapai hasil memuaskan ya harus hadir, dan kuliah juga untuk keluarga, agar tidak mengecewakan keluarga, karena kehadiran sendiri termasuk bobot penilaian. Kalau tidak masuk ya berimbas” (b. 117-128,R)

Mengumpulkan tugas tepat waktu bagi R adalah hal yang harus walaupun R sendiri bukan tipe mahasiswa yang mengerjakan di awal waktu, menurut R mengerjakan tugas dekat dengan waktu pengumpulan malah membuat otaknya bekerja dengan baik, berikut wawancaranya:

“Tepat waktu kak, alhamdulillah walaupun saya tipe yang senang mengerjakan dekat dengan waktu pengumpulan, soalnya kalau dekat dengan deadline itu otaknya lebih encer” (b. 151-155 ,R)

Selanjutnya, terlepas dari kesibukan R kuliah, R juga tidak lupa untuk menyenangkan dirinya sendiri dengan hobby baru yang dia dapatkan ketika menjalani perkuliahan *online*, R juga tidak lupa untuk tetap menggunakan sisa waktu selain kuliah *online* untuk bersama dengan keluarga terutama membantu ibunya. Berikut hasil wawancaranya:

“Ada kak, saya sekarang suka membaca wattpad sama nonton” (b. 160-161, R)

“Hmm jualan kak, mulai dari meracik bahan jualan mama, membantu memasak, jualan, antar jemput ibu lah pokoknya, tapi kalau lagi kuliah fokus kuliah dulu, kalau tidak ada jadwal saya juga jualan membantu mama” (b. 166-172, R)

c) Penemuan Makna dalam Keseharian

R mengungkapkan bahwa dalam menjalani perkuliahan *online* R menemukan beberapa hal yang terbilang sebagai dampak positif diantaranya berkaitan dengan waktu berharga bersama keluarganya, R mengakui bahwa setelah perkuliahan menjadi *online* waktu R berkumpul bersama dengan keluarga lebih banyak, R bisa mengantar dan menjemput ibunya yang berjualan, dan biaya

yang dikeluarkan tidak terlalu banyak seperti kuliah secara *offline*, berikut wawancaranya:

“Ya itu tadi kak, waktu qualitytime lebih banyak, bisa antar jemput mama jualan, sama dana yang keluar tidak sebanyak sewaktu offline” (b. 176-179, R)

R juga mengakui bahwa yang biasanya dia fokus kuliah sekarang R kuliah sekaligus membantu orang tuanya karena kuliah secara *online* membuatnya bisa pulang kampung. Berikut hasil wawancaranya:

“Iya lebih banyak waktu dengan mama, membawa perubahan yang biasanya fokus kuliah saja jadi bisa membantu sewaktu tidak kuliah karena online pulang kampung” (b. 183-187, R)

Adik R mengungkapkan bahwa R memang sering bercerita dan bersama dengan ibunya, berikut penuturannya:

“dia kalau di rumah, sering ceritanya sama mamah, kemana-mana juga sama mamah” (wawancara adik R)

d) Optimis akan Masa Depan

R mengakui bahwa perkuliahan tidak membawa pengaruh kepada masa depannya dengan catatan dia harus bersungguh-sungguh mengikuti perkuliahan baik secara *online* ataupun *offline*, berikut wawancaranya:

“Menurut saya tidak berpengaruh untuk masa depan, asalkan sungguh-sungguh menghadiri perkuliahan insyaaAllah tidak mempengaruhi masa depan, ya tadi kembalikan ke niat awal ingin berkuliah, kalau sungguh-sungguh kuliah hadir insyaaAllah tidak mempengaruhi baik kuliah online ataupun offline” (b. 191-204, R)

Berbicara tentang keyakinan R mengakui bahwa 85% dia yakin melewati perkuliahan *online* dengan baik apalagi R juga menambahkan bahwa sudah melewati sekitar hampir satu tahun perkuliahan *online*, berikut wawancaranya:

“Iya iya saya yakin bisa melewati perkuliahan online ini karena sudah melewati beberapa bulan eh setahun lebih kuliah dengan online, bisa aja, kalau dipersenkan keyakinan saya 85% yakin bisa melewati” (b. 211-217, R)

R mengakui bahwa motivasi R untuk kuliah adalah keluarga, R selalu mengingat tujuan awalnya kuliah itu untuk siapa, R juga menambahkan bahwa R bersyukur bisa kuliah. Berikut hasil wawancaranya:

“Motivasi saya bisa menjalani perkuliahan online itu keluarga, karena hasilnya juga untuk keluarga, intinya bersyukur bisa kuliah, membahagiakan keluarga atau menjadi kebanggaan keluarga, pikirkan tujuan awal, kalau malas pikirkan bagaimana nantinya” (b. 222-231, R)

e) Resiliensi

R mengakui ketika perkuliahan dilaksanakan secara *online* R pernah berpikir untuk berhenti kuliah, apalagi jika R sedang menghadapi tugas yang bertumpuk-tumpuk, akan tetapi menurut pengakuan R itu hanya sekedar pemikiran biasa, tidak mempengaruhi, hanya sebagai pelampiasan, berikut wawancaranya:

“Untuk pikiran negatif ingin berhenti pernah ada sih kak, waktu saya punya tugas yang sulit, pikiran itu bertumpuk dengan banyaknya tugas, jadi pernah berpikir tapi hanya sebatas pemikirannya saja tidak mempengaruhi, seperti sekedar pembicaraan lewat” (b. 262-271, R)

R mengakui bahwa dengan cara mengalihkan pikiran atau dengan melakukan pekerjaan yang lain R bisa mengatasi pemikiran-pemikiran yang terbilang negatif tersebut, berikut wawancaranya:

“Ohh iya, saya mengatasinya itu dengan cara mengalihkan, membuka instagram, tiktok mencari sesuatu yang bisa mengalihkan pemikiran, hiburan, bisa juga dengan nyemil” (b. 244-252, R)

R juga menambahkan bahwa dengan memikirkan kedepannya dan menikmati apa yang terjadi menjadi salah satu pilihan lain untuk mengatasi pikiran-pikiran negatif yang menghampirinya, berikut wawancaranya:

“Oh iya, cara mengatasinya saya mencoba memikirkan kedepannya gimana, masa depannya seperti apa. Kalau masih stuck di pikiran itu gimana mau lanjut? Sampai nanti seperti itu saja, nikmati, pikirkan hal yang positif untuk kedepannya” (b. 276-285, R)

2) Proses Mencapai Kebahagiaan

R mengakui ketika menjalani perkuliahan *online* untuk menjaga kestabilan mood atau perasaannya R terlebih dahulu mempersiapkan dirinya dan barang-barang apa saja yang menurutnya penting untuk menunjang perkuliahan *online*, R berpendapat ketika semuanya telah siap maka perasaannya pun akan ikut siap

menjalani perkuliahan *online*, ketika perasaan negatif mulai muncul R mengakui bahwa dia akan mengalihkan fokusnya sementara kepada hal-hal lain semisal sosial media atau apapun yang bukan bagian dari perkuliahan *online* berikut wawancaranya:

“Iyaa, langkah-langkahnya agar mood tetap stabil, mandi sebelum kuliah biar nggakngantuk, biar segar. Setelah itu mempersiapkan barang-barang untuk kuliah, kalau sudah tidak ada kendala lagi jadi saya bisa langsung tinggal duduk, terus memikirkan hal-hal yang positif saja agar moodnya menganggap kalau kuliah itu asik, kalau akhirnya mulai nggakmood ya itu membuka media sosial atau hal lain untuk mengalihkan fokus saya sementara” (b. 201-209, R)

R juga menambahkan agar terus mengingat Allah dan bersyukur karena bisa berkuliah, serta tak lupa untuk terus berpikiran positif. Berikut hasil wawancaranya:

“Secara spiritualnya, mengingat Allah, bersyukur atas semuanya, bersyukur bisa kuliah, dan berpikiran yang positif-positif. heheheh” (b. 358-362, R)

3) Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kebahagiaan

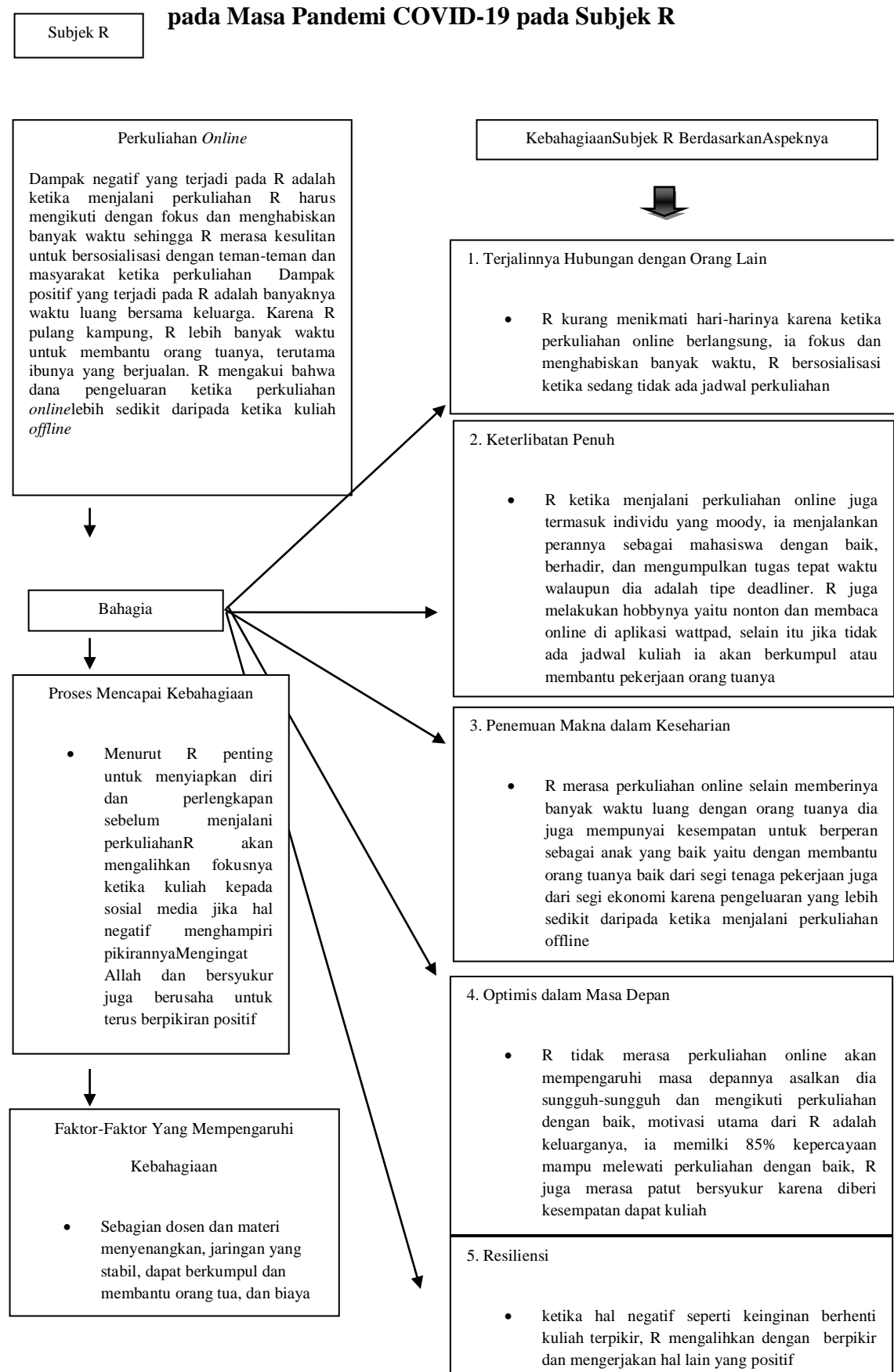
R mengakui bahwa dosen dan materi yang menyenangkan, serta jaringan yang tidak terkendala mampu membuatnya bahagia ketika menjalani perkuliahan *online*, R juga menambahkan bahwa R suka melihat tingkah laku teman-temannya ketika kuliah *online* dengan media video, berikutnya wawancaranya:

“Emm hal-hal yang bisa membuat saya bahagia waktu perkuliahan online, semisal dosennya membuat nyaman, tugas yang tidak banyak, jaringan lancar nggak ada kendala, materi yang disukai. Terus kalau semisal dosen meminta untuk on cam saya senang melihat tingkah teman teman saya, itu seperti hiburan untuk saya” (b. 292-310, R)

R juga menambahkan bahwa dengan perkuliahan *online* R dapat lebih sering membantu orang tuanya berjualan, R merasa lebih punya banyak waktu berkumpul dengan keluarganya dan R menambahkan bahwa dana yang keluar ketika menjalani perkuliahan *online* lebih sedikit daripada ketika menjalani perkuliahan *offline*. Berikut hasil wawancaranya:

“Ya itu tadi kak, waktu qualitytime lebih banyak, bisa antar jemput mama jualan, sama dana yang keluar tidak sebanyak sewaktu offline” (b. 176-179, R)

Skema Gambaran Proses Mencapai Kebahagiaan dalam Perkuliahan Online



c. Subjek D

1) Gambaran Kebahagiaan Berdasarkan Aspek Kebahagiaan

a) Hubungan Positif dengan Orang Lain

Beberapa dampak yang muncul pada D berkaitan dengan hubungan positif dengan orang lain ketika menjalani perkuliahan *online* adalah D mengakui bahwa kehidupan sosial D dengan orang lain tidak banyak yang berubah, normal, biasa saja seperti kuliah *offline*, keinginan D untuk bersosialisasi dengan orang lain tergantung dengan keinginannya sendiri, karena D termasuk kriteria yang senang diam di rumah. Berikut wawancaranya:

“Kehidupan sosial ya, kalau sebelum online dan online ini sama saja sih, normal. Soalnya saya lebih suka diam di rumah, kecuali kalau lagi mau keluar, kalau mau berteman baru berteman, nggak selalu diam di rumah nugas, cuman sewaktu-waktu juga bisa diam di rumah aja kalau tugas banyak” (b. 30-40, D)
“Iyaa, sama tergantung mood juga kak” (b.43. D)

D mengakui bahwa mau tidak mau D harus menikmati hari-harinya ketika menjalani perkuliahan secara *online*. Berikut wawancaranya:

“Dinikmati aja sih kak, soalnya kalau nggakdinikmati ya gimana? Rugi gak sih? Intinya ya mau sakit atau enggak ya nikmat” (b. 49-52, D)

D mengatakan bahwa sedikit banyak perkuliahan *online* membawa pengaruh dalam kehidupannya, jika tugas menumpuk atau musim ujian akhir D mengaku tidak bisa kemana-mana karena harus mengerjakan tugas, dalam hal sosial komunikasi D lebih sering lewat *online* ketika kembali ke kampung

halaman, D mengakui bahkan dalam beberapa bulan D tidak bertemu dengan teman-temannya. Berikut hasil wawancaranya:

“Sedikit banyaknya berpengaruh kak, semisal banyak tugas atau musim UAS ya nggak bisa kemana-mana. Nugas terus” (b. 55-64, D)

“Kalaunya saya pribadi kebanyakan lewat hp sih, jarang ketemu, paling baca grup, bercerita dengan teman, kecuali lagi di Banjar, bisa gantian sama teman berkunjungnya. Tapi kalau dalam bulan-bulan ini malah gak ada” (b. 69-78, D)

b) Keterlibatan Penuh

D mengakui bahwa dalam menjalani perkuliahan *online* perasaannya tergantung dengan banyaknya tugas yang dia dapatkan, jika tugas sedang menumpuk D cenderung mudah bosan, dan sebaliknya jika tugas sudah mulai berkurang D mengakui bahwa perasaannya biasa saja, tidak konsisten, berikut wawancaranya:

“Hahahah kalau sekarang, karena tugas sudah mulai berkurang jadi biasa-biasa aja, tergantung kalau lagi banyak-banyaknya tugas kadang bosan juga, kalau sekarang karena sudah mulai berkurang baik-baik aja kak, sudah bisa santai, sudah bisa tiduran” (b. 84-91, D)

D mengakui bahwa dalam hal persiapan D tidak terlalu banyak karena *online* kecuali jika memang D mendapatkan tugas untuk presentasi maka hal yang akan dipersiapkan lebih banyak, berikut wawancaranya:

“Nggak terlalu ada persiapan juga sih kak, soalnya kan sistem online, biasanya kalau saya masuk pagi jam 08.00 setel alarm jam 07.40, jadi dari jam segitu sudah meganghp, kecuali kalau lagi ada tugas presentasi jelas menyiapkan kertas, pulpen, menyalakan laptop, ppt juga, tergantung sih” (b. 95-102, D)

D beranggapan bahwa dalam perihal kehadiran harus tetap sukarela berhadir walaupun ada kesibukan kuliah masih tetap bisa dihadiri, setelah D selesai dengan pekerjaannya yang lain D akan membaca grup dari atas sampai bawah, berikut wawancaranya:

“Sukarela kak, kan online ya kalau lagi sibuk yang lain juga masih bisa berhadir dulu, semisal lewat grup Wa itu biasanya saya buka aplikasinya dulu, setelah pekerjaan saya yang lain selesai baru saya baca dari atas sampai bawah” (b. 107-112, D)

Selain itu, D penuh pertimbangan dalam perihal tugas, D mengakui bahwa dia mengerjakan tugas secara perlahan, tidak langsung tapi D selalu tepat waktu dalam mengumpulkan karena bagi D jika dia mengerjakan dekat dengan waktu pengumpulan kesehatan D akan terpengaruh, D akan memprioritaskan tugas yang akan lebih dulu dikumpulkan, berikut wawancaranya:

“Kalau saya sih alhamdulillah tepat waktu kak, soalnya saya termasuk yang mungkin awal-awal cuman sekedar membuka laptop sambil rebahan tapi saya sambil mencari materi, mempersiapkan apa saja yang akan diketik, kalau sudah ada mood untuk mengerjakan ya tinggal kerjakan. Kalau saya mengerjakan dekat dengan waktu pengumpulan takutnya saya terlalu memforsir fisik saya, sakit kepala dan kelelahan. Jadi kalau ada tugas mengerjakannya sedikit demi sedikit, pelan-pelan, prioritaskan yang lebih dulu akan dikumpulkan” (b. 139-166, D)

Terlepas dari kesibukan D kuliah di masa pandemi ini, D juga menemukan hobby baru dan tetap menggunakan waktu luangnya setelah kuliah bersama dengan keluarganya untuk melakukan kegiatan biasanya yang D lakukan dengan keluarganya, akan tetapi jika D banyak tugas D akan kembali masuk ke kamarnya. Berikut hasil wawancaranya:

“Yang baru muncul selama pandemi ini ada kak, membaca wabtoon, kadang sampai waktu shubuh, saya lebih suka membaca selama pandemi ini” (b. 172-177, D)

“Sebenarnya tidak ada yang berubah, ya pandemi atau nggak gitu aja, makan bareng habis waktu maghrib, nontontv, tapi kalau saya lagi sibuk nugas saya masuk kamar” (b. 182-186, D)

c) Penemuan Makna dalam Keseharian

D mengakui bahwa perkuliahan online membawa dampak positif bagi kehidupannya, dengan *online* D mengakui bahwa perkuliahan dimudahkan, D dapat kuliah di manapun dan kapanpun, juga dapat sekaligus mengerjakan hal lain, berikut wawancaranya:

“Dampak positifnya itu, seperti diberi kemudahan kak, kan online ya jadi lebih memudahkan, bisa sambil mengerjakan hal lain, bisa sambil ngerjakan tugas lain, bahkan juga bisa sambil rebahan, lebih santai sih” (b. 191-199, D)

D juga menambahkan bahwa ketika kuliah *offline* D tinggal di kos, dengan perkuliahan *online* D pulang kampung dan waktunya di rumah lebih banyak, D bisa membantu orang tuanya di rumah jika tidak sedang mengerjakan tugas atau kuliah. Berikut hasil wawancaranya:

“Soalnya gini kak, biasanya kan kalau kita kuliah offline kita di kost, kalau online kita di rumah, jadi bisa sambil bantu-bantu di rumah, lebih banyak waktunya di rumah walaupun kadang ada sibuk nugas dan macam-macam. Ya lebih banyak waktu lah” (b. 206-214, D)

d) Optimis akan Masa Depan

Ketika ditanya apakah perkuliahan *online* dapat mempengaruhi masa depannya atau tidak, D mengungkapkan bahwa tergantung bagaimana kedepannya, untuk waktu sekarang D mengakui bahwa memang ada beberapa materi yang mungkin tidak bisa diterima akan tetapi D masih terlihat optimis karena D mengakui walaupun sebagian materi tidak diterima tapi ketika UAS materi tersebut masih bisa dibaca ulang, berikut wawancaranya:

“Kalau berpengaruh atau enggaknya, tergantung, soalnya online kan jadi kuliahnya santai walapun tugas dan full kehadiran. Semisal nggak mood atau nggak enak badan, kadang ada pelajaran yang gak bisa diterima. Tergantung kedepannya sih gimana, tapi insyaaAllahbermannfaat setidaknya ada sedikit materilah yang bisa ditangkap, karena kan misalkan ujian atau ulangan yang dibahas materi sebelumnya otomatis kita kembali baca ulang, bisa saja ada saja kok yang didapat” (b. 220-237, D)

D mengakui yakin dapat melewati perkuliahan *online* dengan baik, dalam hal motivasi D mengakui bahwa D adalah salah satu mahasiswa beasiswa yang harus lulus tepat waktu, D juga menambahkan bahwa dia ingin membantu orang tuanya dan ingin menjalin hubungan pernikahan. Berikut hasil wawancaranya:

“Yang jadi motivasi, walaupun online atau offline menurut saya sama saja intinya kan kuliah, saya kan beasiswa jadi ya harus tepat waktu, gak harus cepat yang penting nggak molor enggak tertunda. Kasihan orang tua juga kan jadi maunya gantian bantu orang tua, sama mau nikah hahaha” (b. 249-259, D)

e) Resiliensi

D mengakui sempat kecewa ketika pertama kali mengetahui perkuliahan yang awalnya *offline* berubah menjadi *online*, akan tetapi D di satu sisi juga

mengakui bahwa perkuliahan yang dilakukan secara *online* bisa saja memberikan kebahagiaan padanya, D menganggakan 50%, dan 50% juga membuatnya bahagia, berikut wawancaranya:

“Jelas kecewa, tapi juga bahagiannya ada, 50-50, masih mau ngumpul sama teman-teman, tapi asik sih bisa di rumah aja santai, tapi kalau tugas numpuk kecewa tapi kalau tugas selesai ya bahagia lagi hahah” (b. 265-275, D)

D akan menangis jika perasaan-perasaan negatif muncul dalam dirinya, D mengakui bahwa dengan cara menangis itu berarti dia melampiaskan rasa kesalnya, setelah itu D juga bisa melampiaskan dengan membuat video-video narsis atau berjoget-joget, berikut wawancaranya:

“Saya biasanya nangis, kalau lagi ditumpuk-tumpuknya tugas terus ditarget harus selesai cepat, itu kannumpuk, nggak ada ide, tertekan, nangis puas-puas, kayak apa sih kenapa, pokoknya mengeluarkan kekesalan, habis nangis ya lanjut lagi, kalau selesai nanti joget-joget gitu, bikin video narsis narsis sekedar meluapkan kebahagiaan setelah stres” (b. 280-291, D)

Dalam perihal pikiran untuk berhenti kuliah D juga pernah memikirkannya akan tetapi hanya sekedar sebuah pikiran lewat, ikut-ikutan teman, sekedar bercanda menurut penuturan D. Berikut hasil wawancaranya:

“Pernah sih kak, ikut-ikutan teman, tapi cuman sekedar ceritanya aja, bercandaan, kalau lagi mumet-mumet aja kalau sudah enggak mumet ya biasa aja, gak kepikiran lagi” (b. 296-304, D)

Untuk mengatasinya, D mengakui bahwa bercerita dengan temannya adalah salah satu cara terbaik yang akan dia lakukan, berikut wawancaranya:

“Kalau itu saya biasanya cerita sama teman kak, misalkan jengkel saya cerita ke teman-teman yang berbeda, sambil nangishahaha. Kalau nggak saya keluarkan ke yang bikin jengkel langsung ya ke orang lain, menghilangkan jengkel setelah itu yasudah” (b. 314-320, D)

Salah satu temannya membenarkan bahwa D memang suka bercerita dengannya tentang keluh kesah ketika D dalam keadaan sulit, terutama perihal perkuliahan *online*:

“iya, subjek sering bercerita terkait keluh kesahnya dalam perkuliahan online. kadang kalau D merasa ketika kuliah online ini kurang maksimal dapat memahami materi, tugas tugas yang banyak atau referensi terbatas. Ketika bosan dan merasa lelah dia suka cerita” (wawancara teman D)

2) Proses Mencapai Kebahagiaan

D mengungkapkan bahwa ketika menjalani perkuliahan *online* untuk menjaga moodnya D lebih sering melakukan sesuatu yang dia sukai, ketika D dapat melakukan apa yang dia sukai maka perasaan D akan berubah menjadi bahagia. Seperti mendengarkan musik, menonton tv dan hal lain yang ingin D lakukan tapi masih terbilang aman ketika disatukan dengan belajar secara *online*, berikut wawancaranya:

“Kalau itu, kan semisal nggak mood ya kak, kalau saya biasanya sambil mengerjakan sesuatu yang saya sukai, nontontv semisal nggak open mic atau cam gitu, bisa sambil mendengarkan musik, pokoknya yang bisa menjaga mood kadang bisa juga sambil chattan sama teman” (b. 381-389, D)

D mengakui bahwa dirinya adalah tipe orang yang senang membebaskan dirinya sendiri, jika malas maka dia akan malas, jika rajin maka dia akan rajin, D

menambahkan jika dia dapat melakukan apa yang dia mau, menurut D bahagia berkaitan dengan apa yang dia mau terlaksana, bukan perihal materi menikmati hidup dan bermanfaat untuk orang lain itu sudah cukup membuatnya bahagia.

Berikut hasil wawancaranya:

“Soalnya kan saya termasuk orang yang gak menentang gak juga yang selalu mengikuti, ya ngaliraja, biasa aja, apa yang mau dikerjakan ya kerjakan kalau malas ya malas jadi gak yang memaksa diri gak juga mengabaikan. Tergantung mood kalau bahagia ya bahagia nikmatin aja semisal mau rebahan seharian ya rebahan aja, seperti membebaskan diri saja kak, yang penting tugas itu jangan terlalu dekat dengan waktu pengumpulan mengerjakannya, tepat waktu, kehadiran aman, ngaliraja. Soalnya kan bahagia bagi saya ketika apa yang kita terlaksana, bukan perihal materi atau apapun tapi apa yang kita mau melakukan sesuatu itu terlaksana, nggak ada beban dan juga bisa membuat orang lain bahagia, mampu menolong orang, nggak ada beban pikiran, lancar aja. Cukup dengan melakukan apa yang saya sukai, santai menikmati hidup, bisa membuat orang lain tertawa bermanfaat juga, bisa membantu orang dan tugas saya terkerjakan itu sudah cukup membuat saya senang dan bahagia, gitu” (b.397-428, D)

3) Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kebahagiaan

D mengakui bahwa selama menjalani perkuliahan *online* D bisa sedikit lebih santai, perkuliahan dapat dilakukan sambil mengerjakan pekerjaan lain bahkan untuk mencari hiburan D mengakui lebih mudah ketika perkuliahan dilakukan dengan *online* karena kuliah *online* sendiri dapat dilakukan kapan dan dimanapun, dan intensitas kedekatannya dengan orang tua juga lebih tinggi, berikut wawancaranya:

“Yang bikin bahagia ya kak, eee yang pertama yang bikin bahagia itu yaa bisa santai, bisa sambil nontontv, kadang kalau perlu hiburan bisa sambil jalan-jalan heheheh. Absen bisa full, dekat sama orang tua, kalau masalah tugas ya gampang-gampang susah, fleksibel lah” (b.327-336, D)

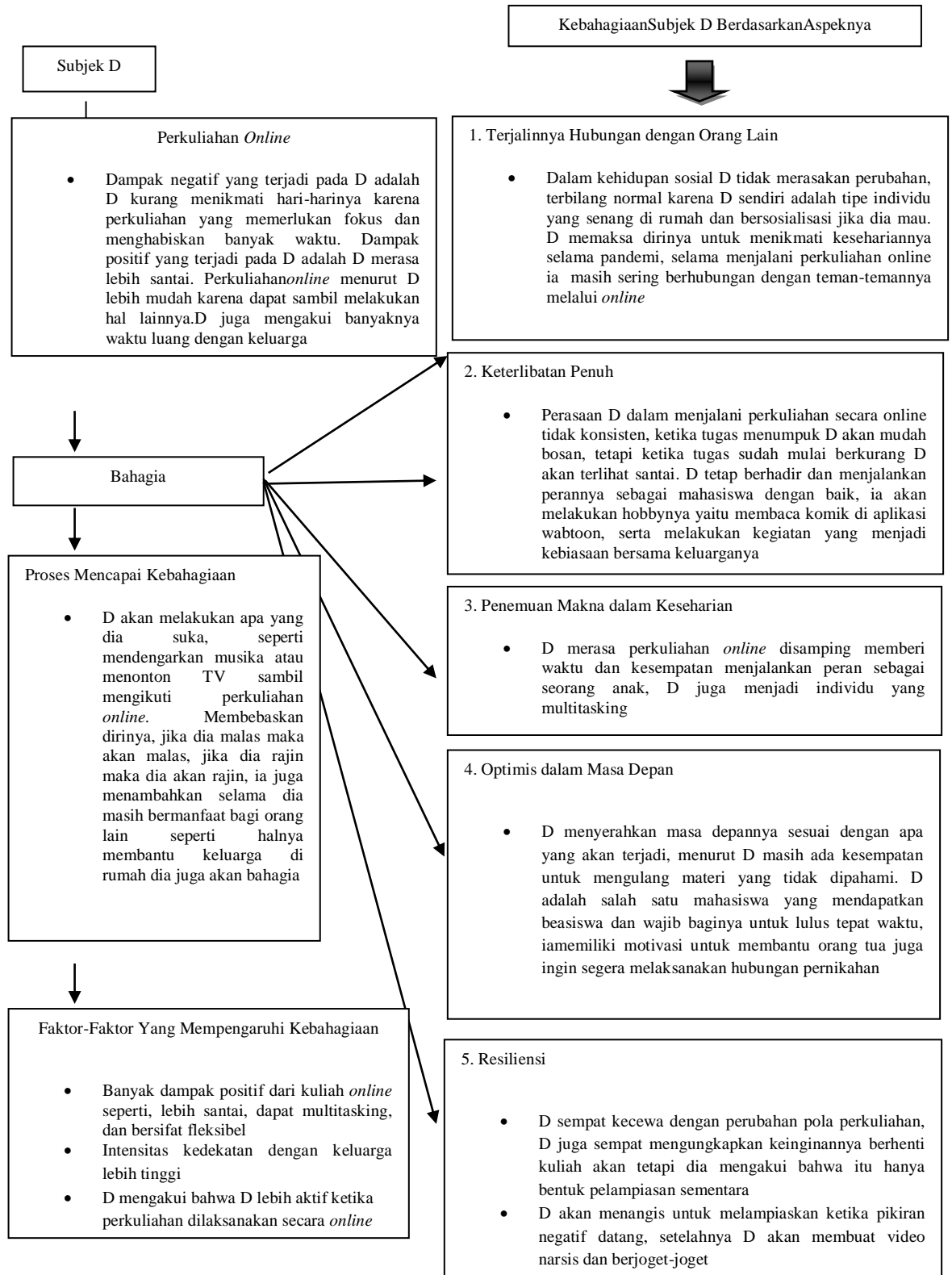
D menambahkan bahwa D merasa dari segi keaktifan D lebih aktif ketika menjalani perkuliahan secara *online*, karena menurut D ketika kuliah *offline* D tipe mahasiswi yang senang duduk di belakang dan akhirnya kurang fokus, ruang kelas yang panas dan mudah mengantuk. Ketika kuliah di rumah D lebih banyak bertanya terutama jika dosen nya asik dan senang bercanda. Berikut hasil wawancaranya:

“Lebih aktif di online sih kak, apalagi kalau mata kuliah yang saya sukai. Soalnya gini kak, misalkan saya sibuk atau apa, saya masih bisa mempelajarinya ya walaupun tertinggal masih bisa ajagitu. Sedangkan kalau offline harus hadir di tempat secara langsung, saya suka tapi saya tipe mahasiswi yang senang duduk di belakang hahaha, jadi kan kumpul sama teman laki-laki kadang mereka ngajak bicara jadi saya kurang fokus, belum lagi lokal panas, mengantuk segala macam lah, jadi jarang bertanya. Kalau di rumah saya lebih banyak bertanya apalagi kalau dosennya asik, senang bercanda, gitu sih kak” (b. 341-363, D)

Salah satu teman D mengungkapkan bahwa tidak ada hal yang signifikan berubah dari D ketika kuliah *online* ataupun *offline*, dia juga membenarkan bahwa D lebih aktif bertanya ketika perkuliahan *online*, berikut penuturannya:

“Menurut saya secara signifikan sekali tidak ada perubahan akan tetapi yang terlihat perubahannya dalam perkuliahan online D lebih aktif ketika perkuliahan dalam hal bertanya”(wawancara teman D)

Skema Gambaran Proses Mencapai Kebahagiaan dalam Perkuliahan Online pada Masa Pandemi COVID-19 pada Subjek D



B. Pembahasan

Pembahasan pada penelitian ini akan dijelaskan berdasarkan teori kebahagiaan yang dikemukakan oleh Seligman. Kebahagiaan merupakan keinginan setiap individu dalam kehidupannya, namun setiap individu memiliki pandangan, dan makna yang berbeda-beda tentang kebahagiaan itu sendiri. Seligman menjelaskan dalam sebuah jurnal ilmiah psikologi kebahagiaan merupakan perasaan positif yang akan mendorong seseorang untuk melakukan berbagai tindakan yang positif. Kebahagiaan sebagai konsep yang mengacu pada emosi positif yang dirasakan individu serta tindakan positif yang tidak memiliki komponen perasaan negatif, misalnya ketika individu terlibat dalam keadaan atau kegiatan yang sangat disukai. Kebahagiaan terdiri dari beberapa aspek yaitu : menjalin hubungan positif dengan orang lain, keterlibatan penuh dalam pekerjaan atau aktivitas yang ditekuninya, menemukan makna dalam kesehariannya, optimis namun tetap realistis dan menjadi seseorang yang berpriadiresiliensi atau kemampuan bangkit dari peristiwa yang pahit. Selain itu penelitian ini juga akan membahas tentang proses mencapai dan faktor-faktor apa saja yang mempengaruhi kebahagiaan tersebut.

Berikut akan peneliti paparkan pembahasan mengenai gambaran kebahagiaan mahasiswa dalam menjalani perkuliahan *online*, proses mencapai dan faktor-faktor yang mempengaruhinya berdasarkan paduan antara teori yang peneliti jelaskan di awal dan hasil data dari wawancara dengan subjek.

Pembelajaran *online* adalah salah satu solusi yang ditawarkan pada kegiatan pendidikan di masa pandemi ini¹ akan tetapi bukan berarti tidak adanya konsekuensi lain yang menjadi penyertanya. Selama menjalani perkuliahan *online* ketiga subjek mengalami dua dampak daripadanya, yaitu dampak positif dan dampak negatif, dampak negatif yang dirasakan dari subjek QF adalah berkaitan dengan kesehatan yaitu masalah kesehatan mata, QF juga mengalami ketidak fokus dan optimalan dalam menjalani perkuliahan *online*. Pada subjek R dan D dampak negatif yang mereka alami adalah kurang menikmati hari-hari yang mereka lalui, dikarenakan ketika menjalani perkuliahan *online* keduanya mengakui harus benar-benar fokus dan menghabiskan banyak waktu. Hal ini sebagaimana yang juga disampaikan dalam penelitian yang dilakukan oleh Niken yaitu mahasiswa berisiko kehilangan konsentrasi dan fokus terhadap apa yang dikerjakan yang mana hal ini berisiko memicu dampak-dampak negatif lainnya diantaranya adalah penurunan performa belajar, atau dengan kata lain mahasiswa diduga tidak dapat menunjukkan pekerjaan secara maksimal dan berakhir dengan adanya penurunan prestasi.²

Sedangkan dampak positif dari perkuliahan *online* dominan dari ketiga subjek adalah waktu luang bersama dengan keluarga, subjek R menambahkan bahwa selain mendapatkan lebih banyak waktu bersama dengan keluarga, R juga

¹Bilecen, B, "Commentary: COVID-19 pandemic and higher education: International mobility and students' social protection," *International Migration* Vol.58 No.4 (2020): 263–266, <https://doi.org/10.1111>.

²Niken Bayu Argaheni, "SISTEMATIK REVIEW: DAMPAK PERKULIAHAN DARING SAAT PANDEMI COVID-19 TERHADAP MAHASISWA INDONESIA (Systematic Review: The Impact of Online Lectures during the COVID-19 Pandemic Against Indonesian Students)," *PLACENTUM (Jurnal Ilmiah Kesehatan dan Aplikasinya)* Vol.8 No.2 (2020): 100–108.

sangat terbantu karena biaya pengeluaran yang lebih sedikit daripada ketika menjalani perkuliahan secara *offline*, lain hal dengan subjek D yang mengungkapkan bahwa ketika menjalani perkuliahan *online* subjek merasa mendapatkan kemudahan, lebih santai karena dapat melakukan hal lain sekaligus.

Melalui serangkaian kegiatan yang sebelumnya dilakukan, dapat diketahui bahwa gambaran kebahagiaan pada 3 mahasiswa UIN Antasari Banjarmasin yang sedang menjalani perkuliahan *online* merupakan sebuah penerimaan keadaan yang sudah terjadi, kebahagiaan adalah sebuah perilaku adaptif yang bisa dipelajari oleh siapa saja. Seperti yang sudah dijelaskan di atas bahwa kebahagiaan sendiri adalah salah satu emosi positif yang mendorong seseorang untuk melakukan hal positif, dengan mencoba untuk menerima keadaan berupa kesukarelaan subjek dalam menjalani perubahan pola perkuliahan membuat subjek tetap mengikuti perkuliahan dengan baik. ‘Aidh al-Qarni, tokoh islam, kebahagiaan adalah ringannya hati sebab sebuah fakta yang dapat dia hayati dan terima, kebahagiaan karena kelapangan dada sebab prinsip yang menjadi pedoman hidup, dan kebahagiaan adalah ketenangan hati karena kebaikan disekitarnya.³ Pada penelitian ini diketahui bahwa menurut subjek QF dan R kebahagiaan merupakan sesuatu yang harus diperjuangkan dan cara mereka memperjuangkannya adalah dengan menerima keadaan, mensyukuri apa yang terjadi dan berpikir positif akannya, subjek D juga mengungkapkan bahwa kebahagiaan bukan hanya perihal materi tapi ketika seseorang dapat menjalankan kewajiban dan menerima haknya

³Imroatus Sholihah, “Konsep Kebahagiaan dalam Al-Qur’an (Perspektif Tafsir Mutawalli Asy-Sya’rawi dan Psikologi Positif)” (Malang, UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, 2016)H.42

dengan baik, tidak menjadi beban tapi sebaliknya menjadi manfaat bagi orang lain itu juga merupakan kebahagiaan. Kebahagiaan adalah mewakili tentang sebuah hubungan manusia dengan lingkungan, dengan kata lain manusia bisa saja merasakan kebahagiaan dengan caranya sendiri, oleh dan untuk manusia lainnya.⁴

Dalam hal kebahagiaan, berkaitan dengan aspek-aspek kebahagiaan yang dituturkan oleh Seligman, yang pertama kali dibahas adalah hubungan positif dengan orang lain, ketiga subjek memiliki kesamaan di mana ketiganya adalah mahasiswa perantau, dengan kata lain ketiganya adalah mahasiswa yang berkuliah di luar daerah masing-masing, hal ini menyebabkan ketika perkuliahan dilaksanakan secara *offline* ketiganya tidak berada di kampung halaman, dan ketika perkuliahan dilaksanakan secara *online* ketiganya mengakui bahwa mereka kembali ke kampung halaman masing-masing. Selama berada di rumah subjek QF dan R mengakui bahwa adanya peningkatan intensitas sosialisasi dengan keluarga dan masyarakat dengan catatan jika mereka sedang tidak ada tugas atau jadwal kuliah. Sedangkan pada subjek D, subjek D mengakui bahwa dia adalah tipe individu yang senang berada di rumah, D akan sesekali ke luar rumah jika dia mau akan tetapi hal tersebut tidak menghalangi D untuk tetap bersosialisasi ketika tidak sedang ada tugas atau jadwal kuliah sedangkan dengan keluarga D mengakui adanya peningkatan intensitas kedekatan karena posisi D yang juga memang sedang berada di rumah dan memiliki kesempatan menjalankan perannya sebagai seorang anak. Menurut seligman hubungan positif bukan hanya dengan

⁴Wahyu Rahardjo, "Kebahagiaan Sebagai Suatu Proses Pembelajaran," *Jurnal Penelitian Psikologi* No.2 Vol.12 (2007)H.128

memiliki teman, sahabat, pasangan ataupun anak akan tetapi juga menjalin hubungan yang positif berkaitan dengan individu dan lingkungan sekitar.⁵

Perkuliahannya yang dilaksanakan secara online tidak menjadi alasan bagi ketiga subjek untuk tetap terlibat penuh dalam setiap kegiatannya, ketiga subjek mengakui sekalipun perkuliahan dilaksanakan secara *online* dan dosen tidak secara langsung mengamati pekerjaan mahasiswanya, subjek tetap menjalankan tugasnya sebagai seorang mahasiswa dengan baik, sukarela berhadir dalam perkuliahan, mengumpulkan tugas tepat waktu, Ibnu khaldun mengartikan kebahagiaan adalah sikap taat dalam segala peraturan Allah dan perikemanusiaan (memiliki norma dan etika)⁶, subjek juga tetap mengikuti kebiasaan berkumpul bersama dengan keluarganya, disamping itu R dan D bahkan bisa menemukan hobby baru dan melakukannya ketika jadwal kuliah sedang kosong. Menurut Seligman keterlibatan penuh datang dari kegiatan-kegiatan yang sangat individu sukai, tetapi tidak mesti disertai oleh perasaan dasar. Bagaimana seseorang mampu melibatkan dirinya baik secara fisik atau pikiran dalam apa yang dia kerjakan, kesukaan atau kegemaran dan aktivitas-aktivitas lain secara penuh.⁷

Selain itu ketiga subjek dapat menemukan makna dalam keseharian yang dilakukannya, dari mulai mencoba menemukan dampak-dampak perkuliahan dari sisi positif, ketiga subjek menemukan dampak-dampak positif seperti halnya QF

⁵Martin E.P Seligman, *AuthenticHappiness: Menciptakan Kebahagiaan dengan Psikologi Positif* (Bandung: Mizan Pustaka, 2002).

⁶Imroatus Sholihah, "Konsep Kebahagiaan dalam Al-Qur'an (Perspektif Tafsir Mutawalli Asy-Sya'rawi dan Psikologi Positif)" (Malang, Uin Maulana Malik Ibrahim Malang, 2016).H.23

⁷Martin E.P Seligman, *AuthenticHappiness: Menciptakan Kebahagiaan dengan Psikologi Positif* (Bandung: Mizan Pustaka, 2002).

yang menjadi punya waktu dan tahu banyak hal berkaitan dengan keluarganya ketika di rumah, R dan D yang lebih baik dalam menjalankan perannya sebagai seorang anak, ketiga subjek mensyukuri, dan mencoba menerima dengan baik apa yang terjadi. Menurut Seligman individu yang bahagia adalah mampu mengambil hikmah atau dapat berpikir positif dalam setiap kejadian yang ia alami dalam kesehariannya dengan tujuan mengambil pelajaran yang baik untuk kedepannya.

Subjek QF mampu mempertahankan sikap optimis sekalipun dia memiliki sedikit kekhawatiran akan keoptimalannya di masa depan, QF dengan yakin menyatakan bahwa dia optimis mampu melewati perkuliahan *online* sekalipun QF belum tahu apakah ketidakefektifan dari perkuliahan online akan berdampak pada masa depannya. R memiliki keyakinan yang kuat untuk bisa melewati perkuliahan *online* dengan baik, R tidak berpikir bahwa perkuliahan online mempengaruhi masa depannya. D juga memiliki keyakinan untuk bisa melewati perkuliahan *online* dengan baik, D berpikir bahwa perkuliahan *online* mempengaruhi masa depannya atau tidak itu tergantung masa depannya yang bagaimana, akan tetapi D mengungkapkan bahwa sedikit banyak ada manfaat dari perkuliahan *online* dalam hal ini ketiga subjek memiliki optimis yang realistis bagi diri mereka dalam menjalani perkuliahan *online*. Menurut Seligman optimisme adalah gaya penjelasan dan pola pikir positif untuk masa depan ketika individu memikirkan penyebab dari suatu pengalaman⁸ optimis juga dapat menjadikan seseorang berusaha lebih baik dalam pekerjaannya sekalipun sangat

⁸Adzmi Khoirunnisa dan Ika Zenita Ratnaningsih, "Optimisme Dan Kesejahteraan Psikologis Pada Mahasiswa Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro," *Jurnal Empati* Vol.5 No.1 (2016): 1-4.

menantang. Orang yang optimis dikatakan lebih mudah bahagia, tingkat kecemasan yang rendah dikarenakan memiliki kehidupan yang penuh dengan harapan. Begitu pula dengan ketiga subjek yang tetap optimis dalam menjalani perkuliahan sekalipun dengan metode yang berbeda dari sebelumnya yaitu secara *online*, sikap optimis tersebut membuat ketiga subjek mampu bangkit dan tetap bersemangat dalam menjalaninya. Sekalipun pada subjek R dan D pernah berpikir untuk berhenti kuliah, keduanya mengakui bahwa hal tersebut hanya sebagai bentuk pelampiasan sementara karena pada akhirnya keduanya kembali bangkit dan mencari cara untuk menghilangkan pikiran negatif tersebut, lain halnya dengan subjek QF yang mengakui tidak pernah terpikirkan untuk menyerah apalagi berhenti kuliah karena menurut QF dibandingkan dengan sedikit hal sulit yang terjadi QF memiliki banyak alasan untuk tetap bertahan dan bersyukur. QF juga mempunyai cara-cara tersendiri untuk menghilangkan perasaan-perasaan ataupun pikiran-pikiran negatif yang bisa saja tiba-tiba muncul dalam dirinya, dengan fakta-fakta tersebut dapat dikatakan bahwa ketiga subjek memiliki sikap resiliensi atau dengan kata lain mampu bangkit dari peristiwa yang tidak menyenangkan, yang mana menurut Seligman sendiri, Orang yang bahagia bukannya orang yang tidak pernah mengalami kesulitan akan tetapi mereka adalah orang-orang yang mampu mengembalikan pikiran positifnya dan mampu bangkit dari ketidaknyamanan tersebut.⁹

Seperti yang sudah di bahas sebelumnya bahwa ketiga subjek ketika menjalani perkuliahan *online* memiliki hambatan dan tantangan tersendiri.

⁹Martin E.P Seligman, *Authentic happiness: Menciptakan Kebahagiaan dengan Psikologi Positif* (Bandung: Mizan Pustaka, 2002).

Apalagi dalam hal menstabilkan emosi positif dalam diri mereka, mereka harus berusaha mendapatkan kebahagiaan agar bisa menikmati perkuliahan secara *online*. Proses dalam mencapai kebahagiaan pada penelitian ini tentunya secara bertahap.

Ketiga subjek mengakui bahwa dalam perkuliahan *online* emosi dan mood mereka kadang turun naik, mereka akan sangat antusias mengikuti perkuliahan ketika sedang dalam keadaan bersemangat dan dalam keadaan mood yang baik, QF dalam proses mencapai kebahagiaan dalam menjalani perkuliahan *online* dominan dengan cara mensyukuri, menikmati, selalu mendengar dan berpikiran positif juga mencari cara untuk sesekali mengalihkan fokus dari perkuliahan *online*. R dalam proses mencapai kebahagiaan dalam menjalani perkuliahan *online* dominan dengan terlebih dahulu mempersiapkan dirinya dan barang-barang apa saja yang menurutnya penting untuk menunjang perkuliahan *online* jika perasaan negatif mulai muncul R akan mengalihkan fokusnya sementara kepada hal-hal lain semisal sosial media atau apapun yang bukan bagian dari perkuliahan *online*, R juga menambahkan agar terus mengingat Allah dan bersyukur karena bisa berkuliah, serta tak lupa untuk terus berpikiran positif. D dalam proses mencapai kebahagiaan dalam menjalani perkuliahan *online*, D melakukan sesuatu yang dia sukai, seperti mendengarkan musik, menonton tv dan hal lain yang ingin D lakukan tapi masih terbilang aman ketika disatukan dengan belajar secara *online*. D adalah tipe orang yang senang membebaskan dirinya sendiri, jika malas maka dia akan malas, jika rajin maka dia akan rajin, dengan D dapat melakukan apa yang dia mau, menikmati hidup dan bermanfaat untuk orang lain itu sudah

cukup membuatnya bahagia. Berdasarkan fakta tersebut dapat dikerucutkan bahwa proses dari ketiga subjek dalam mencapai kebahagiaan itu berbeda-beda. Kebahagiaan memiliki sifat subjektif dimana pemahaman akan kebahagiaan tersebut bisa saja berbeda antara satu orang dengan orang yang lain tergantung bagaimana individu tersebut memaknainya, hal ini juga mengungkapkan bahwa kebahagiaan tidak terjadi secara kebetulan dan tidak terjadi karena dari hasil menunggu tapi didapatkan dengan usaha sungguh-sungguh dan berkepanjangan.¹⁰ Akan tetapi ditemukan beberapa kesamaan dari QF dan R yang mengungkapkan bahwa syukur dan pola pikiran positif menjadi pilihan mereka dalam mencapai kebahagiaan. Subjek QF dan R mengakui dalam usaha membangkitkan perasaan positif mereka dimulai dengan persepsi mereka tentang perkuliahan *online* yang juga positif. Kebahagiaan adalah sebuah konsep mengenai persepsi atau pola pikir yang positif dalam diri seseorang, semakin positif persepsinya semakin tinggi juga kemungkinan kebahagiaan yang dicapainya.¹¹ Keduanya juga memperbanyak syukur, ikhlas dan menerima segala yang terjadi dan percaya dengan rencana Allah. Syukur menyebabkan munculnya emosi positif yang dapat membantu untuk mengeratkan hubungan positif dengan orang lain, di mana hubungan positif tersebut merupakan bagian dari kebahagiaan.¹²

Dalam islam “kesejahteraan” dan “kebahagiaan” dinyatakan tidak berkaitan kepada sifat badani akan tetapi terkait akan keyakinan pada hakikat

¹⁰Bastaman, HD, *Logoterapi :Psikologi Untuk Menemukan Makna Hidup dan Meraih Hidup Bermakna* (Jakarta: PT.Raja Grafindo, 2007).

¹¹Elsa Rohmatul Jannah, “Hubungan Antara Religiusitas Dan Persepsi Terhadap Kesehatan Dengan Kebahagiaan Pada Pria Yang Menikah Di Usia Dewasa Awal” Vol.2 No.2 (2018): 239–247.

¹²Alissa Rosi Sativa dan Avin Fadilla Helmi, “Syukur Dan Harga Diri Dengan Kebahagiaan Remaja” Vol.5 No.2 (2013).

yang terakhir dicari-cari dan bersifat mutlak, yakni: keyakinan akan hak Allah, dan beramal berdasarkan keyakinan itu tidak hanya dengan fisik tetapi juga mengikuti batinnya.¹³ Dalam hal ini, berpikir positif dan bersyukur atau menerima segala ketentuan dari Allah Subhanahu wa Ta'ala adalah salah satu sikap seorang hamba yang meyakini akan hak-Nya dalam berbuat dan merencanakan sesuatu semisal dengan keadaan di mana adanya pandemi COVID-19 yang menimbulkan adanya perkuliahan yang dilaksanakan secara *online*.

Sama halnya dengan gambaran, ataupun cara seseorang mendapatkan kebahagiaan yang berbeda faktor-faktor yang mempengaruhi kebahagiaan itu juga berbeda pada mahasiswa ketika menjalani perkuliahan *online*, di mana pada QF faktor yang mempengaruhi kebahagiaannya ketika kuliah *online* adalah menonton perilaku teman-temannya ketika perkuliahan dilakukan dengan media video, materi dan penilaian dari dosen yang bagus, juga waktu luang yang berkualitas bersama dengan keluarga. Berdasarkan hal tersebut, salah satu faktor yang terjadi pada QF tergolong dari faktor yang dikemukakan oleh Carr yaitu persahabatan, teman-teman adalah sumber daya kognitif dan afektif yang mendorong harga diri dan kesejahteraan¹⁴, persahabatan dianggap menjadi sumber penting dari kebahagiaan, karena individu yang bahagia merasa lebih puas dengan

¹³Husna Sholihah, "Hubungan Kekuatan Karakter dengan Kebahagiaan pada Remaja," *Skripsi*, (Surabaya: Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya), 2018.

¹⁴Caroline Theresia Sandjojo, "Hubungan Antara Kualitas Persahabatan Dengan Kebahagiaan Pada Remaja Urban," *Calyptra: Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya* Vol.6 No.2 (2017): 1721–39.

persahabatan mereka dan memiliki kualitas persahabatan yang tinggi¹⁵, dengan memanfaatkan kehidupan sosial dalam sosialisasi bersama teman-teman juga lingkungan dapat menciptakan sebuah relasi atau hubungan sebuah persahabatan yang ideal.¹⁶QF memang tidak bertemu teman-temannya secara langsung akan tetapi tanpa mengabaikan fakta bahwa kebahagiaan QF terpengaruh ketika melihat teman-temannya hal ini menunjukkan adanya penerimaan QF akan keberadaan teman-temannya. Memiliki hubungan dengan teman-teman, kerabat, dan orang tua termasuk dari lima aspek yang menjadi sumber utama kebahagiaan.¹⁷

Selanjutnya faktor-faktor yang mempengaruhi kebahagiaan R dalam menjalani perkuliahan *online* adalah adanya sebagian dosen dan materi yang menyenangkan, jaringan yang stabil, waktu luang yang dapat digunakan untuk berkumpul dengan keluarga dan membantu orang tua, juga biaya pengeluaran yang lebih sedikit. Berdasarkan hal tersebut, salah satu faktor yang terjadi pada R tergolong dari faktor eksternal yang dikemukakan oleh Seligman, yaitu finansial yang adalah status sosial yaitu suatu keadaan yang menunjukkan finansial dan perlengkapan material yang dimiliki yang berisi taraf baik, cukup atau kurang. Akan tetapi kembali lagi, kebahagiaan tergantung dari tolak ukur seseorang yang merasakannya, dalam sebuah penelitian menyatakan bahwa sekalipun finansial

¹⁵Caroline Theresia Sandjojo, "Hubungan Antara Kualitas Persahabatan Dengan Kebahagiaan Pada Remaja Urban," *Calyptra: Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya* Vol.6 No.2 (2017): 1721–39.

¹⁶Toto Abdulloh, "Gambaran Tingkat Kebahagiaan Mahasiswa Psikologi," *Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang*, 2018.

¹⁷Caroline Theresia Sandjojo, "Hubungan Antara Kualitas Persahabatan Dengan Kebahagiaan Pada Remaja Urban," *Calyptra: Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya* Vol.6 No.2 (2017): 1721–39.

termasuk dalam indikator kebahagiaan, tidak semua orang memiliki tolak ukur yang sama berupa materi dan fisik.¹⁸

Sedangkan pada D faktor-faktor yang mempengaruhi kebahagiaan ketika menjalani perkuliahan *online* berupa banyaknya dampak-dampak positif dari kuliah *online* seperti halnya perkuliahan yang fleksibel, multitasking, intensitas kedekatan dengan keluarga lebih tinggi dan tingkat keaktifan D yang lebih baik daripada ketika menjalani perkuliahan *online*. Perkuliahan *online* dapat mengatasi kecenderungan mahasiswa ketika kuliah *offline* seperti malu bertanya ataupun rasa takut keliru dalam menjawab pertanyaan.¹⁹

Dapat dilihat dari ketiga subjek ada satu hal yang menjadi kesamaan dari ketiganya, yaitu ketiganya mengungkapkan tentang adanya faktor keluarga yang mempengaruhi kebahagiaan mereka dalam menjalani perkuliahan *online*, pandemi COVID-19 yang terjadi memberi kesempatan pada mahasiswa terutama mahasiswa perantauan untuk kembali ke kampung halaman masing-masing dan berkumpul, dekat dengan keluarga, berinteraksi, juga membantu orang tua untuk menjalankan peran sebagai seorang anak yang lebih baik. Keluarga merupakan orang terdekat yang banyak memberikan pengaruh dari awal perkembangan seorang anak, efektivitas komunikasi dengan orang tua antara lain: membuka diri antara orang tua dan anak dalam menghadapi masalah, menunjukkan sikap empati orang tua untuk mendorong motivasi anak, menjadi fondasi penting untuk

¹⁸Gloria E. Wenas, Henry Opod, Dan Cicilia Pali, "Hubungan Kebahagiaan Dan Status Sosial Ekonomi Keluarga Di Kelurahan Artembaga Ii Kota Bitung," *Jurnal E-Biomedik (Ebm)* Vol.3 No.1 (2015): 532–38.

¹⁹Erin dan Anggita Maharani, "Persepsi Mahasiswa Pendidikan Matematika Terhadap Perkuliahan Online," *Mosharafa: Jurnal Pendidikan Matematika* Vol.7 No.3 (2018): 337–44.

mendorong anak untuk giat belajar dan menunjukkan sikap dukungan kepada anak.²⁰ Hubungan antara orang tua dan anak adalah hubungan yang terjalin secara alamiah, berkasih sayang antara orang tua dan anak akan merefleksikan pemenuhan kebutuhan pendidikan anak.²¹

C. Keterbatasan Penelitian

Penelitian digunakan dengan metode kualitatif dan menggunakan data primer yang didapatkan dari hasil wawancara dengan subjek. Keterbatasan pada penelitian ini meliputi:

1. Subjektivitas yang ada pada peneliti. Penelitian ini masih bergantung pada interpretasi dari peneliti sehingga masih adanya kemungkinan terjadi bias. Untuk mencegah atau mengurangi adanya bias maka dilakukan proses triangulasi sumber, yaitu mengklarifikasi data dengan sumber lain selain dari subjek yaitu orang-orang yang dekat ataupun akrab dengan subjek.
2. Subjek yang sedikit sehingga hasil penelitian kurang bisa untuk digeneralisasikan ke ruang lingkup yang lebih besar.
3. Tidak adanya triangulasi metode, metode pengumpulan data hanya menggunakan prosedur wawancara yang dilakukan secara *online* dikarenakan situasi COVID-19 dan jauhnya jarak antar subjek.

²⁰Nur Asiyah dan Bachtiar Safrudin, "Hubungan Komunikasi Orang Tua dan Remaja dengan Prestasi Belajar melalui Tinjauan SystematicReview," *Borneo StudentResearch* Vol.2 No.1 (2020): 106–10.

²¹Arhjayati Rahim, "Peranan Orang Tua Terhadap Pendidikan Karakter Remaja Putri Menurut Islam," *Jurnalal-Ulum* Vol.13 No.1 (2013): 87–102.

