

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Kepuasan Hidup

1. Defenisi Kepuasan Hidup

Berdasarkan pendekatan kognitif, kepuasan hidup merupakan penilaian secara kognitif dimana seseorang membandingkan keadaannya saat ini dengan keadaan yang dianggapnya sebagai standar ideal (Diener, Emmons, Larsen, & Griffen, dalam Frisch, 2006). Semakin kecil perbedaan yang dirasakan yaitu antara apa yang diharapkan dengan apa yang dicapai oleh individu maka semakin besar kepuasan hidup seseorang (Diener dkk, dalam Frisch, 2006).

Menurut pendekatan *quality of life*, kepuasan hidup mengacu pada evaluasi subjektif mengenai seberapa banyak kebutuhan, tujuan, dan nilai-nilai yang kita punya telah terpenuhi dalam kehidupan. Dengan demikian, kesenjangan yang dirasakan antara apa yang kita miliki dan apa yang kita inginkan menjadi penentu tingkat kepuasan hidup atau ketidakpuasan seseorang.

Kepuasan hidup berpatokan pada kepercayaan atau sikap individu dalam menilai kehidupannya (Schimmack dalam Eid & Larsen, 2008). Dalam hal ini, individu menilai apakah situasi dan kondisi dalam kehidupannya positif dan memuaskan (Pavot dalam Eid & Larsen, 2008).

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa kepuasan hidup adalah penilaian kognitif seseorang atas kehidupan yang baik dan memuaskan

dengan membandingkan keadaannya saat ini dengan keadaan yang dianggapnya sebagai standar ideal.

2. Komponen Kepuasan Hidup

Diener dan Biswar (2008) mengemukakan bahwa kepuasan hidup memiliki lima komponen, yaitu Keinginan untuk Mengubah Kehidupan, Kepuasan Terhadap Kehidupan Saat Ini, Kepuasan Hidup di Masa Lalu, Kepuasan Terhadap Kehidupan Di Masa Mendatang, dan Penilaian Orang Lain Terhadap Kehidupan Seseorang.

Kelima komponen tersebut mewakili 5 item pernyataan dalam *Satisfaction with Life Scale* oleh Diener et al. (2008: hal.234), yaitu:

1. *In most ways my life is close to my ideal.*
2. *The conditions of my life are excellent.*
3. *I am satisfied with my life.*
4. *So far I have gotten the important things I want in life.*
5. *If I could live my life over, I would change almost nothing*

3. Struktur Kepuasan Hidup

Kepuasan hidup merupakan aspek kognitif dari *subjective well-being* (Diener, 2009). Kepuasan hidup dapat dilihat dari dua pendekatan yang berbeda, pertama Diener mengenalkan teori *bottom-up*, dimana kepuasan hidup dipengaruhi oleh penilaian individu terhadap domain-domain yang menurutnya penting dalam kehidupannya. Kedua teori *top-down*, yang melihat bahwa kepuasan hidup akan mempengaruhi domain kepuasan seseorang. Seseorang yang umumnya puas dengan kehidupannya juga akan mengevaluasi domain penting

dalam kehidupan dengan lebih positif, meskipun kepuasan hidup secara umum tidak hanya didasarkan pada kepuasan terhadap domain tersebut saja.

Andrews dan Withey (dalam Diener, 2009) mengatakan bahwa kedua pendekatan tersebut merupakan proses yang sejalan atau disebut dengan *feedback loop*. Contohnya, ketika penghasilan pertama kali meningkat maka domain finansial juga meningkat, dan menyebabkan kepuasan hidup meningkat secara keseluruhan. Ketika kepuasan hidup meningkat maka kepuasan di domain-domain lain juga meningkat, walaupun peningkatan domain-domain tersebut tidak terlalu tampak.

4. Karakteristik Individu dengan Kepuasan Hidup yang Tinggi

Diener (2009) menyatakan bahwa individu yang memiliki kepuasan hidup yang tinggi adalah individu yang memiliki tujuan penting dalam hidupnya dan berhasil untuk mencapai tujuan tersebut. Orang yang mendapat skor tinggi pada kepuasan hidup biasanya memiliki keluarga dekat dan dukungan dari teman-teman, memiliki pasangan romantis (meskipun hal ini tidak mutlak diperlukan), memiliki pekerjaan atau kegiatan bermanfaat, menikmati rekreasi, dan memiliki kesehatan yang baik. Mereka merasa bahwa hidup ini bermakna, serta memiliki tujuan dan nilai-nilai yang penting bagi mereka. Individu yang puas akan kehidupannya adalah individu yang menilai bahwa kehidupannya mungkin memang tidak sempurna tetapi segala sesuatu berjalan dengan baik, mereka mempunyai keinginan untuk berkembang, dan menyukai tantangan. Individu yang bahagia dan memiliki kepuasan hidup yang baik biasanya memiliki keyakinan,

optimisme dan *self-efficacy*, kemampuan sosial, energi, perilaku prososial, imunitas dan kesejahteraan fisik, *coping* yang efektif terhadap stress, orisinalitas, fleksibilitas, serta perilaku yang berorientasi pada tujuan (Frisch et al., dalam Frisch, 2006).

5. Kepuasan Subjektif

Kepuasan subjektif mengacu pada penilaian subjektif seseorang mengenai kepuasannya dalam domain tertentu kehidupannya. Kepuasan subjektif akan berpengaruh pada domain *satisfaction* seseorang yang berarti juga akan berpengaruh terhadap kepuasan hidup seseorang (Campbell dalam Diener, 2009). Berikut adalah beberapa domain yang menggambarkan kepuasan subjektif seseorang.

1. Penghasilan

Beberapa bukti menunjukkan adanya hubungan positif antara pendapatan dengan *subjective well being* dalam berbagai negara (Larsen, dalam Diener, 2009). Kepuasan terhadap pendapatan yang dimiliki juga berhubungan dengan kebahagiaan (Braun dan Campbell dalam Diener, 2009).

2. Variabel Demografis lainnya

a) Umur

Penelitian baru-baru ini mengatakan bahwa tidak ada pengaruh perbedaan usia dalam hal kepuasan hidup, sedangkan penelitian lainnya menunjukkan adanya hubungan positif antara usia dengan kepuasan hidup (Diener, 2009). Ada beberapa kemungkinan mengapa hasil penelitian tersebut dapat berbeda. Pertama mungkin karena perbedaan konstruk yang diukur pada setiap usia. Kedua,

kemungkinan disebabkan karena perasaan positif dan negatif yang dialami oleh individu yang lebih muda terlihat lebih intensif, dengan demikian, orang yang lebih muda terlihat mengalami tingkat kesenangan yang lebih tinggi, padahal sebenarnya orang yang lebih tua juga menilai hidup mereka dengan cara yang positif.

b) Gender

Meskipun perempuan melaporkan lebih banyak perasaan negatif, tampaknya wanita juga mengalami kesenangan yang lebih besar. Menurut Gurin et al, dalam Diener, 2009) perempuan mengalami kesenangan yang lebih besar walaupun banyak juga yang mengalami perasaan negatif. Sehingga hanya sedikit perbedaan antara laki-laki dan perempuan dalam hal kebahagiaan ataupun kepuasan (Andrews & Withey, dalam Diener, 2009).

c) Ras

Orang kulit hitam biasanya memiliki *subjective well being* yang lebih rendah dibandingkan orang kulit putih di Amerika Serikat, meskipun efek ini belum ditemukan secara universal (Messer, dalam Diener, 2009). Orang kulit hitam dan kulit putih pada umumnya berbeda pada usia, pendidikan, pendapatan, status perkawinan, dan perpindahan maka penting untuk mempertimbangkan fakto-faktor ini. Jadi, walaupun beberapa penelitian menunjukkan bahwa orang kulit hitam melaporkan *subjective well being* yang lebih rendah, akan tetapi kesimpulan ini harus dijelaskan kembali dengan melihat faktor-faktor lain yang mungkin berpengaruh pada hal ini. (Diener, 2009)

d) Status Kerja

Campbell et al. (1976) menemukan bahwa orang yang pengangguran merupakan kelompok yang tidak bahagia, sehingga pengangguran memiliki dampak buruk pada *subjective well being* karena adanya kesulitan keuangan. Bradburn, dalam Diener, 2009 melaporkan bahwa pengangguran akan berpengaruh pada *subjective well being* baik pada pria maupun wanita.

e) Pendidikan

Campbell (dalam Diener, 2009) menunjukkan bahwa pendidikan memiliki pengaruh terhadap *subjective well being* di Amerika Serikat selama 1957-1978. Namun, efek pendidikan pada *subjective well being* tidaklah terlalu kuat dan tampaknya berinteraksi dengan variabel lain seperti penghasilan (Bradburn & Caplovitz dalam Diener, 2009). Analisis yang dilakukan oleh Campbell (dalam Diener, 2009) menunjukkan bahwa kemungkinan pendidikan akan berhubungan positif dengan *subjective well being* karena pendidikan dapat berfungsi sebagai sumber daya seseorang dan juga dapat meningkatkan aspirasi seseorang.

f) Agama

Cameron (dalam Diener, 2009) menemukan bahwa religiusitas berkorelasi terbalik dengan suasana hati yang positif, akan tetapi banyak penelitian yang menunjukkan bahwa keyakinan terhadap agama, penilaian tentang seberapa penting agama, dan pelaksanaan agama umumnya berhubungan positif dengan *subjective well being* (Cameron dkk, dalam Diener 2009).

g) Pernikahan dan Keluarga

Sejumlah penelitian mengindikasikan bahwa individu yang menikah memiliki *subjective well being* yang lebih tinggi daripada kelompok individu yang tidak menikah. Glenn (dalam Diener, 2009) melaporkan bahwa walaupun wanita menikah melaporkan simptom stres yang lebih besar daripada wanita yang tidak menikah, tetapi mereka juga melaporkan kepuasan yang lebih tinggi.

3. Perilaku dan Hasilnya

a) Kontak Sosial

Hal ini didukung oleh pernyataan Fordyce (dalam Diener, 2009) menyatakan bahwa ada sebuah program yang dilakukan untuk meningkatkan kebahagiaan dan program tersebut sangat merekomendasikan kontak sosial sebagai cara untuk meningkatkan *subjective well being*.

b) Peristiwa Hidup

Peristiwa baik berhubungan dengan afek positif dan peristiwa buruk berhubungan dengan afek negatif. Selain itu, penelitian lain menunjukkan bahwa kemampuan untuk mengontrol suatu peristiwa akan berpengaruh pada dampak dari peristiwa tersebut pada diri seseorang yang nantinya akan berpengaruh pada *subjective well being*. Bahkan peristiwa negatif dapat meningkatkan *subjective well being* jika individu tersebut dapat mengontrol peristiwa negatif tersebut (Gutman, dalam Diener, 2009).

c) Aktivitas

Menurut pendekatan *activity* teori, keterlibatan dalam aktivitas akan menyebabkan kebahagiaan. Akan tetapi tidak semua aktifitas dapat meningkatkan *subjective well being*. S.J.Cutler (dalam Diener, 2009) menyatakan bahwa beberapa aktifitas merupakan prediktor yang baik dari *subjective well being*, sedangkan yang lain tidak.

4. Kepribadian

Kepribadian dianggap berpengaruh penting terhadap *subjective well being*. Campbell et al (dalam Diener, 2009) menemukan bahwa kepuasan terhadap diri sendiri menunjukkan hubungan yang tinggi dengan kepuasan hidup.

5. Kesehatan

Kepuasan pada kesehatan merupakan prediktor dari kepuasan hidup secara keseluruhan. Diener dkk (2008) mengatakan bahwa individu dengan *subjective well being* yang tinggi akan lebih jarang mengalami sakit.

B. Virtue

1. Defenisi Virtue

Virtue adalah karakter-karakter inti yang ditelusuri dan dihargai oleh para filsuf moral dan pemikir agama. Berdasarkan catatan sejarah, keenam *virtue* ini sudah ada dan dipelajari sejak dulu. *Virtue* bersifat universal dan ada di dalam setiap budaya, akan tetapi setiap budaya akan memaknai *virtue* yang ada dengan cara pandang yang berbeda (Seligman & Peterson, 2004).

Virtue tersebut antara lain, *wisdom*, *courage*, *humanity*, *justice*, *temperance* dan *transcendence* (Seligman and Peterson, 2004). Ke enam *virtue* tersebut terdiri dari 24 kekuatan karakter, yang berarti karakter baik yang mengarahkan individu pada pencapaian keutamaan (*virtue*), atau *trait* positif yang terefleksi dalam pikiran, perasaan, dan tingkah laku.

2. Klasifikasi *Virtue*

2.1 *Wisdom* (Kebijaksanaan)

Sebutan "*wisdom*" menurut Kramer (Seligman & Peterson, 2004) melibatkan luar biasa luas dan dalamnya pengetahuan seorang individu mengenai kondisi dan urusan manusia, dan bagaimana ia menerapkan pengetahuan tersebut. *Wisdom* adalah kekuatan kognitif yang memerlukan kemahiran dan penggunaan pengetahuan (Seligman & Peterson 2004). *Wisdom* memiliki lima karakter, yaitu kreatifitas, keingintahuan, keterbukaan pikiran, kecintaan belajar, dan perspektif.

a. Kreatifitas

Kreatifitas adalah kemampuan berfikir yang menghasilkan perilaku atau ide yang original (asli), indah, tidak biasa, dan adaptif. Untuk menjadi adaptif dan orisinalitas individu harus memberikan kontribusi positif bagi kehidupannya dan kehidupan orang lain. Orang-orang kreatif memiliki ciri khas tertentu, yaitu cenderung bersifat independen, nonkonformis, tidak konvensional, bahkan bohemian, dan biasanya memiliki ketertarikan yang luas, terbuka untuk pengalaman baru, dan perilaku yang memerlukan pemikiran dan tantangan, serta berani mengambil resiko.

b. Keingintahuan

Keingintahuan melibatkan keterlibatan aktif, pencarian, dan pengaturan seseorang terhadap pengalaman seseorang dalam menghadapi tantangan. Berdasarkan model perkembangan kognitif menyatakan bahwa keingintahuan meliputi adanya pengakuan dan ketertarikan terhadap hal-hal baru, ketidakpastian, dan tantangan yang dapat meningkatkan kemampuan pribadi dan interpersonal (Kashdan, Rose, & Fincham, dalam Seligman & Peterson, 2004). Hal ini meliputi proses timbal balik (a) mengalokasikan energi dan perhatian untuk mengenal hal-hal baru dan menantang (b) evaluasi kognitif dan eksplorasi perilaku dalam kegiatan yang menantang, (c) terlibat dalam kegiatan tersebut, dan (d) integrasi pengalaman rasa ingin tahu dengan asimilasi atau akomodasi.

c. Keterbukaan Pikiran

Keterbukaan pikiran adalah memikirkan sesuatu secara keseluruhan dan melihat dari berbagai sisi; tidak melompat dalam mengambil kesimpulan, dan mampu untuk merubah suatu pemikiran kedalam bukti yang nyata, dan menerima bukti tersebut dengan suka rela (Peterson & Seligman, 2004).

d. Kecintaan Belajar

Kecintaan Belajar menggambarkan cara di mana seseorang terlibat dengan informasi baru dan keterampilan umum dan perkembangan ketertarikan yang lebih baik antara individu dengan konten tertentu. Mereka biasanya mengalami perasaan positif dalam proses memperoleh keterampilan, memuaskan rasa ingin tahu mereka, membangun pengetahuan yang ada, dan mempelajari sesuatu yang

benar-benar baru dengan kesenangan (Krapp & Fink, dalam Peterson & Seligman, 2004).

e. Perspektif

Perspektif merupakan sifat positif yang dimiliki oleh orang yang bijaksana (Assmann, dalam Peterson & Seligman, 2004). Perspektif diartikan sebagai sesuatu yang berbeda dengan inteligensi, menggambarkan tingkat yang lebih tinggi dari pengetahuan, penilaian, dan kemampuan untuk memberikan nasehat, mampu dan memahami makna hidup yang digunakan untuk kebaikan dan kesejahteraan bagi diri sendiri dan orang lain.

2.2 Courage

Kekuatan emosi yang melibatkan kemampuan dalam menuntaskan suatu tujuan dan dihadapkan pada perlawanan atau pertentangan baik dari luar maupun dari dalam diri Anda sendiri. *Virtue* ini terdiri dari empat karakter, yaitu keberanian, kegigihan, integritas, dan vitalitas.

a. Keberanian

Keberanian adalah kecenderungan untuk sukarela dalam bertindak, dalam situasi yang menakutkan, situasi berbahaya yang penuh dengan resiko dalam usaha untuk memperoleh ataupun mempertahankan suatu kebaikan baik bagi diri sendiri dan orang lain (Shelp, dalam Peterson & Seligman, 2004). Keberanian juga melibatkan penilaian yakni pemahaman akan risiko dan menerima konsekuensi dari suatu tindakan (Peterson & Seligman, 2004).

b. Kegigihan

Kegigihan didefinisikan sebagai kelanjutan dari tindakan sukarela yang dilakukan untuk mencapai suatu tujuan meskipun ada hambatan, kesulitan, atau keputusasaan. Kegigihan memerlukan adanya suatu perilaku aktif dalam mempertahankan suatu kepercayaan (Peterson & Seligman, 2004).

c. Integritas

Integritas dimiliki oleh orang yang menerima dan mengambil tanggung jawab atas pikiran dan perilaku mereka, tampil tanpa adanya kepura-puraan, selalu berbicara kebenaran dan setiap tindakannya bermanfaat bagi diri sendiri dan orang lain (Seligman & Peterson, 2004; Leimon & Mahon, 2009).

d. Vitalitas

Vitalitas adalah pendekatan terhadap kegembiraan dan semangat terhadap kegiatan. Upaya yang tidak setengah hati terhadap petualangan atau aktifitas yang beragam (2004). Vitalitas dijelaskan sebagai aspek *well-being* yang ditandai dengan pengalaman subjektif mengenai kekuatan dan *aliveness* (Ryan & Frederick, dalam Peterson & Seligman, 2004).

2.3 Humanity

Humanity merupakan kekuatan interpersonal yang melibatkan keterdekatan dan pertemanan dengan orang lain. *Humanity* juga kemampuan untuk menunjukkan kepedulian dan perhatian kepada orang lain (Leimon & Mahon, 2009). *Virtue* ini terdiri dari karakter cinta, kebaikan, dan kecerdasan bermasyarakat.

a. Cinta

Cinta didefinisikan sebagai membentuk dan memiliki hubungan dekat dengan orang lain, yang melibatkan proses penerimaan, kenyamanan, kepercayaan, dan saling berbagi kasih (Peterson & Seligman, 2004).

b. Kebaikan

Kebaikan dan cinta altruistik merupakan istilah kemanusiaan dimana orang lain berhak mendapat perhatian dan pengakuan tanpa alasan apapun, hanya karena mereka memang berhak mendapatkannya. Kebaikan termasuk kemurahan hati terhadap orang lain, dorongan untuk meluangkan waktu membantu orang lain meski terhadap orang yang tidak begitu dikenal (Peterson & Seligman, 2004).

c. Kecerdasan Bermasyarakat

Kecerdasan bermasyarakat merupakan kesadaran akan motif dan perasaan dari diri sendiri dan orang lain, mengetahui apa yang harus dilakukan agar dapat menyesuaikan diri pada tiap situasi sosial yang berbeda, serta mengetahui apa yang dapat membuat orang lain merasa nyaman atau bahkan terganggu. Mencoba membangun hubungan sosial dan berusaha memahami motif, cara berpikir, perasaan, dan perilaku yang ditampilkan oleh orang lain.

2.4 Justice

Kekuatan keadilan dianggap sebagai hubungan antar individu yang sangat luas, relevan untuk mengoptimalkan interaksi antara individu dan kelompok atau komunitas. Kekuatan keadilan dipahami sebagai kemampuan untuk memperhatikan hak-hak dan kewajiban setiap orang sehingga menciptakan

keadilan dalam hidup bermasyarakat. Karakter yang termasuk ke dalam *virtue* keadilan adalah *citizenship*, *fairness*, dan kepemimpinan.

a. *Citizenship*

Citizenship merupakan kepentingan setiap orang yang diwujudkan dalam mengejar kebaikan bersama. Individu dengan kekuatan karakter ini cenderung mengorbankan kepuasan mereka sendiri untuk kepentingan jangka panjang kelompok (Peterson & Seligman, 2004). Sehingga, *citizenship* adalah karakter yang lebih mementingkan kepentingan bersama daripada pribadi atas keanggotaannya.

b. Keadilan

Keadilan mengandung pengertian yakni memperlakukan semua orang dengan sama tanpa adanya perbedaan, tidak membiarkan perasaan pribadi akan mengganggu individu tersebut dalam mengambil keputusan, dan memberikan kesempatan yang sama pada setiap orang (Peterson & Seligman, 2004).

c. Kepemimpinan

Kepemimpinan adalah kumpulan yang terintegrasi dari atribut kognitif dan temperamen yang mengacu pada kemampuan mempengaruhi dan membantu orang lain, mengarahkan dan memotivasi tindakan orang lain untuk mencapai kesuksesan. Orang yang memiliki sifat kepemimpinan merasa nyaman dalam mengatur aktifitas dirinya maupun orang lain dalam suatu sistem yang terintegrasi (Peterson & Seligman, 2004).

2.5 Temperance

Temperance adalah bagian dari menahan diri untuk melakukan sesuatu yang mereka anggap berlebihan. *Virtue temperance* terdiri dari empat karakter yaitu pengampunan dan belas kasih, kerendahan hati dan kesopanan, kehati-hatian, dan pengaturan diri.

a. Pengampunan dan Belas Kasih

Pengampunan merepresentasikan kepada serangkaian perubahan prososial yang terjadi pada individu yang telah tersinggung atau kecewa yang disebabkan hubungan mitra dengan orang lain (McCullough, dalam Peterson & Seligman, 2004). Pengampunan adalah perubahan motivasi dimana seseorang menjadi kurang termotivasi untuk melakukan balas dendam dan menghindari si pembuat kesalahan dan kemudian menjadi murah hati kepada si pembuat kesalahan (McCullough, dalam Seligman, 2004). Dalam ajaran Konfusius, demi kebaikan mental atau pikiran, manusia harus memaafkan kesalahan orang lain. Sebuah konsep *memberikan muka* menjelaskan bahwa manusia tidak hanya memaafkan saja, tetapi juga memaklumi, mengingat jasa orang tersebut atau karena kerabatnya (Tong, 2011).

b. Kerendahan Hati dan Sederhana

Kekuatan karakter ini adalah seorang yang pendiam. Orang yang sederhana membiarkan hasil usaha mereka yang berbicara. Mereka tidak mencari popularitas. Mereka mengakui kesalahan dan bukan orang yang sempurna. Mereka tidak mengambil yang tidak pantas untuknya, memandang dirinya sebagai

orang yang beruntung berada posisi dimana sesuatu yang baik terjadi pada mereka.

c. Kehati-Hatian

Menurut Aquinas (Peterson & Seligman, 2004) kehati-hatian adalah nasihat yang baik mengenai kehidupan secara lengkap dan akhir dari kehidupan manusia. Kehati-hatian adalah orientasi untuk masa depan seseorang, bentuk penalaran praktis dan pengelolaan diri yang membantu untuk mencapai tujuan jangka panjang secara efektif dengan mempertimbangkan konsekuensi dari tindakan yang diambil dan tidak diambil.

d. Pengaturan Diri

Pengaturan diri didefinisikan sebagai kemampuan yang dimiliki individu untuk mengatur perasaan dan perilaku orang lain, menjadi disiplin, dan mampu untuk mengontrol keinginan dan emosi (Peterson & Seligman, 2004). Individu dengan pengaturan diri yang kuat memiliki kekuatan untuk mengontrol pikiran dan perilaku mereka, mampu beradaptasi dan menyesuaikan diri.

2.6 Transcendence

Virtue transcendence adalah memungkinkan individu untuk membentuk hubungan dengan alam semesta dan dengan demikian dapat memberikan makna bagi kehidupan individu. Kekuatan karakter *transcendence* mencoba untuk melampaui orang lain untuk merangkul sebagian atau seluruh alam semesta yang lebih besar.

a. Apresiasi Keindahan dan Keunggulan

Apresiasi keindahan dan keunggulan mengacu pada kemampuan untuk menemukan, mengenali, dan menilai keindahan, keterampilan, kebaikan moral, yang dapat menghasilkan kekaguman yang berhubungan dengan emosi pengamat (Peterson & Seligman, 2004).

b. Berterima Kasih

Berterima Kasih adalah rasa syukur dan sukacita saat merespon menerima hadiah, apakah hadiah itu menjadi manfaat nyata dari orang lain atau saat kebahagiaan yang ditimbulkan oleh keindahan alam. Emmons & Crumpler (dalam Peterson & Seligman, 2004) berpendapat bahwa rasa syukur adalah kekuatan manusia, dalam hal ini meningkatkan pribadi seseorang dan hubungan kesejahteraan dan sangat mungkin bermanfaat untuk seluruh masyarakat.

c. Harapan

Harapan, optimisme, pemikiran masa depan dan orientasi masa depan merupakan kondisi kognitif, emosional dan motivasi menuju masa depan. Berpikir tentang masa depan, mengharapkan bahwa peristiwa yang diinginkan dan hasil yang akan terjadi, bertindak dengan cara-cara yang dipercaya untuk membuat mereka lebih mungkin dan merasa yakin bahwa akan diberikan upaya yang tepat dalam mempertahankan kegembiraan disini dan sekarang dan tindakan yang mengarah langsung pada tujuan (Peterson & Seligman, 2004).

d. Humor

Humor adalah kemampuan menciptakan kesenangan dan/atau menciptakan keganjilan, orang yang ceria dan melihat sisi terang dalam kesulitan dengan

mempertahankan suasana hati yang baik, dan mampu membuat orang lain tersenyum atau tertawa (Peterson & Seligman, 2004).

e. Spiritualitas

Spiritualitas dan religiusitas mengacu kepada keyakinan dan praktek bahwa terdapat dimensi transenden (nonfisik) di dalam kehidupan. Keyakinan ini menentukan jenis atribusi yang dibuat manusia, makna hidup, dan bagaimana manusia menciptakan hubungan. Religiusitas diyakini menjelaskan derajat penerimaan individu dari keyakinan yang berhubungan dengan pemujaan figur Illahi dan partisipasi individu pada pemujaan publik maupun pribadi. Spiritualitas, sebaliknya, diyakini menjelaskan hubungan intim dan pribadi antara manusia dengan Illahi, dan sejumlah kebaikan sebagai hasil dari hubungan tersebut (Peterson & Seligman, 2004).

C. Pembentukan Karakter

Perkembangan dan pembentukan karakter terjadi di sepanjang rentang kehidupan (Hart, dalam Narvez & Lapsley, 2009). Para psikolog kepribadian mengemukakan bahwa, perkembangan psikologis tiap individu menuju dewasa berbeda satu dengan yang lainnya dan perbedaan individu disebabkan oleh genetik dan lingkungan. Pervin (2005) menjelaskan lebih lanjut mengenai faktor yang mempengaruhi pembentukan karakter, yaitu :

a. Genetik

Faktor genetik memainkan peranan penting dalam pembentukan kepribadian dan perbedaan individu (Caspi, et.al dalam Pervin 2005). Strelau (dalam Pervin, 2005)

menyebutkan bahwa ada sebuah istilah yang sering dikaitkan dengan faktor genetik, yaitu *temperament*—istilah yang mengacu pada kecenderungan emosional dan perilaku secara biologis yang berlangsung pada masa kecil. Schmidt dan Fox (Pervin, 2005) mengemukakan bahwa perbedaan pada fungsi otak di bagian *frontal cortex* dan sistem limbik berkontribusi pada cara individu dalam merespon lingkungan. Intinya, mekanisme genetik mempengaruhi aspek kepribadian secara spesifik (Pervin, 2005).

b. Lingkungan

Psikolog yang berorientasi pada biologis, mengakui bahwa lingkungan mempunyai peranan penting dalam perkembangan kepribadian seseorang. Lingkungan tidak hanya dapat membentuk persamaan, tetapi juga membentuk perbedaan antar individu. Lingkungan juga memberi label kepada kita dan ini akan membuat persepsi dan sikap mengenai diri kita sendiri. Label adalah memberi nama kepada suatu kelompok bersama berdasarkan karakteristik tertentu. Labeling mempengaruhi kekuatan dan pembentukan karakter seseorang (Lopez & Snyder, 2002). Di dalam lingkungan, terdapat beberapa faktor penting yang mempengaruhi perkembangan kepribadian seseorang:

a) Budaya

Kepribadian seseorang juga merupakan hasil keaggotaan seseorang dalam kelompok budaya tertentu. Budaya mengajarkan bagaimana berperilaku, ritual, kepercayaan, filosofi hidup, peran dalam komunitas, dan nilai dan prinsip yang dalam kehidupan. Budaya juga menggambarkan apa yang kita butuhkan dan bagaimana memaknai kepuasan hidup, yang kemudian mempengaruhi bagaimana

kita mengekspresikan emosi, perasaan, hubungan dengan orang lain, dan apa yang kita pikirkan, bagaimana kita mengatasi kehidupan dan kematian, juga bagaimana memandang kesehatan atau sakit (Cross & Markus et. al, dalam Pervin, 2005).

b) Kelas sosial

Selain budaya, kelas sosial juga mempengaruhi pembentukan kepribadian dan status individu, diantaranya adalah apakah individu tersebut berada di kelas menengah ke bawah, ke atas, dan bagaimana status pekerjaan atau profesional individu. Kelas sosial juga menentukan peran mereka dalam bekerja, pendapatan dan hak istimewa. Faktor-faktor tersebut mempengaruhi bagaimana mereka memandang dirinya dan bagaimana penerimaan terhadap anggota kelas sosial yang lain maupun bagaimana mereka mendapatkan dan menggunakan uangnya.

c) Keluarga

Faktor penting lainnya dalam pengaruh lingkungan adalah keluarga. Pengaruh orang tua terhadap anak dalam terjadi dalam tiga cara, yaitu perilaku orangtua dalam menghadapi situasi, model peran yang diberikan, dan pemberian *reward*.

d) Teman sebaya

Teman juga mempengaruhi pembentukan karakter anak yang berdampak pada saat dewasa. Pengaruh teman sebaya lebih kuat dalam mempengaruhi perkembangan kepribadian daripada keluarga. Kepribadian tiap anak dari suatu keluarga juga akan berbeda, hal ini disebabkan perbedaan pengalaman di luar rumah yang mereka miliki dan pengalaman di dalam rumah tidak membentuk kesamaan tiap anak.

D. Etnis Tionghoa

1. Defenisi Etnis Tionghoa

Etnis Tionghoa Indonesia sebenarnya adalah orang Indonesia yang nenek moyangnya berasal dari Cina dan sejak generasi pertama atau kedua telah tinggal di Indonesia, berbaur dengan penduduk setempat dan menguasai satu atau lebih bahasa yang dipakai di Indonesia (Liem, 2000). Defenisi diatas juga diterapkan pada istilah Tionghoa peranakan. Yusuf (2000) berpendapat, orang-orang keturunan Cina di Indonesia disebut sebagai orang Tionghoa, sehingga secara kebangsaan disebut sebagai orang Indonesia atau bangsa Indonesia, sedangkan secara etnisitas disebut sebagai orang, etnis, atau suku Tionghoa.

Leo Suryadinata dalam Liem (2000) mengatakan bahwa istilah Tionghoa-Indonesia digunakan untuk merujuk pada etnis Tionghoa di Indonesia yang memiliki nama keluarga/marga, tanpa memandang kewarganegaraannya.

Sebelum menggunakan istilah “Tionghoa”, dahulu masyarakat Indonesia menyebutnya dengan istilah “Cina”. Kemudian penggunaan istilah “Cina” diganti dengan “Tionghoa” karena dianggap kasar dan menghina. Awalnya, alasan menggunakan istilah “Cina” adalah karena pemerintahan Orde Baru menganggap pemerintahan Cina membantu PKI, sehingga orang-orang Cina di Indonesia dianggap sebagai agen pemerintah Cina. Oleh karena itulah panggilan “Cina” merupakan suatu bentuk hukuman bagi keturunan Cina (Budiman, dalam Hadiluwih, 2008).

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa etnis Tionghoa Indonesia adalah orang-orang keturunan Cina yang telah lama tinggal di Indonesia

dan berbaur dengan masyarakat setempat dan memahami penggunaan bahasa Indonesia.

2. Kebudayaan Etnis Tionghoa

Menurut antropologi kebudayaan modern, konsep kebudayaan peranakan adalah segala sesuatu yang dimiliki atau segala hal seputar kehidupan dan kegiatan budaya orang Indonesia keturunan Tionghoa. Dalam kebudayaan peranakan, sangatlah penting untuk melibatkan agama yang menekankan pemujaan leluhur dan bentuk sapaan yang benar mengikuti hierarki serta adat pemberian nama yang besar artinya dalam sistem eksogami (Liem, 2000).

Etnis Tionghoa memiliki tiga agama tradisional yang berasal dari negeri Cina, yaitu Budha, Konghucu, dan Tao (Muhammad, 2011). Namun sekarang, mayoritas etnis Tionghoa sudah berpaling dari kepercayaan tradisional mereka (Liem, 2000). Sesuai dengan yang dikemukakan Muhammad (2011), kebanyakan orang Tionghoa menjadi pemeluk agama Kristen, baik Katolik maupun Protestan. Meskipun keyakinan etnis Tionghoa bermacam-macam, tetapi mereka terlihat jarang berkonflik dalam hal agama antara satu dengan yang lainnya (Muhammad, 2011).

Proses perpindahan agama ini ditengarai karena faktor politik orde baru yang hanya mengakui lima agama (Muhammad, 2011). Walaupun terjadi perpindahan agama, sudah lama tinggal dan berbaur dengan orang pribumi, tradisi yang diwariskan nenek moyang mereka tidaklah ikut luntur (Sitanggang, 2010). Misalnya Tahun Baru Imlek atau Cap Go Meh, dan Ceng Beng. Tahun Baru Imlek dirayakan oleh masyarakat Tionghoa tanpa membedakan agama dan

kepercayaan karena memiliki makna sebagai pengucapan syukur atas berkat dan kelimpahan pada tahun lalu, permohonan berkat dan pertolongan Tuhan di tahun mendatang, sehingga kebaktian dengan tema Imlek juga diadakan di gereja, mesjid, atau rumah ibadah lain (Yusuf, 2000). Ceng Beng dirayakan dengan menziarahi makan orang tua mereka. Hari raya ini bermakna rela meninggalkan kemewahan demi pengabdian. Maka pada hari tersebut, masyarakat Tionghoa meluangkan waktu untuk berziarah di makam orang tua dan leluhurnya ditengah-tengah kesibukannya (Yusuf, 2000).

Nilai budaya yang masih diajarkan kepada anak cucu mereka hingga saat ini adalah lima prinsip kehidupan, seperti yang diajarkan Tan Im Yang, seorang tokoh dan penyebar ajaran Kong Hucu, yaitu *Jin Gi Le Ti Sin* (Sitanggang, 2010):

- 1) *Jin*, artinya manusia hidup harus memiliki cinta kasih
- 2) *Gi*, artinya harus menjunjung kebenaran
- 3) *Le*, manusia harus memiliki etika
- 4) *Ti*, harus bijaksana
- 5) *Sin*, harus bisa dipercaya

Orang tua Tionghoa mengajarkan bahwa kita harus memperlakukan orang dengan baik, berpenampilan baik, seperti tersenyum, dan ramah. Anak-anak dididik untuk menjadi manusia yang jujur, tidak menggunakan jalan pintas dalam mengerjakan sesuatu (Emsan, 2012). Sebuah prinsip dalam budaya Tionghoa adalah “kaya dan berkedudukan adalah dambaan setiap orang, namun bila tidak bisa diraih dengan jalan yang benar, tidak usah diraih”. Artinya jika memiliki

tujuan, tidak semata hanya mengejar hasil, akan tetapi proses yang baik dan sehat juga penting (Yusuf, 2000).

Begitu pula dalam berbisnis, etnis Tionghoa mengamalkan suatu prinsip Konfusius, yaitu menjunjung tinggi kepercayaan (Sitanggang, 2010) dan *Ren Qing*, yang artinya, “Perasaan Kemanusiaan”. Maksudnya, ketika berbisnis, maka harus mengutamakan pengertian terhadap sesama, saling memberi dan menerima, serta simpati dan bersedia untuk berbagi (Muhammad, 2011). Etnis Tionghoa meyakini bahwa mereka tidak hanya menjadi manusia yang harus sukses secara finansial, tetapi juga harus memiliki etika dalam berbisnis (Sitanggang, 2010). Prinsip *Ren* juga mendasari segala etika pergaulan, upacara, pendidikan, dan hubungan antar manusia, karena *Ren* pada hakikatnya bermakna kasih sayang terhadap sesama manusia (Lun Yu, dalam Sitanggang, 2010). Beberapa filosofi lain adalah tanggung jawab, hemat dalam pengeluaran, melihat kebutuhan dan selera masyarakat dengan cermat, dan ulet, sabar, dan tidak mudah terlena dengan keberhasilan kecil yang menyebabkan keberhasilan besar terlepas (Yusuf, 2000). Budaya Tionghoa meyakini bahwa bakat itu tidak ada, yang ada hanya usaha dan keinginan, dalam hal ini mau mengumpulkan informasi, dan mau belajar (Emsan, 2012).

Banyak falsafah-falsafah yang diajarkan turun temurun sebagai dasar pendidikan untuk mendukung kesuksesan anak dalam hidup bermasyarakat dan mengecap pendidikan tinggi, beberapa diantaranya, ajaran Konfusius mengutamakan pengertian terhadap sesama, saling memberi dan menerima, serta simpati dan bersedia untuk berbagi (Muhammad, 2011), manusia harus

mempunyai sifat “Jinceng” atau tahu membalas budi. Jika menolong, kita harus bisa melupakan, tetapi jika ditolong, kita harus mengingat kebaikannya seumur hidup. Selain itu kita harus berbakti kepada orang tua ataupun leluhur (Sitanggang, 2010). Anak-anak juga diajari cara memperlakukan uang dengan baik, kemandirian dengan bekerja paruh waktu, tanpa mengabaikan tugas-tugas sekolah mereka (Emsan, 2012).

Berdasarkan komunikasi personal dengan seorang anggota Persaudaraan Muda Mudi Vihara Borobudur (PMVB) pada Senin 06/02/2012 mengatakan etnis Tionghoa memiliki filosofi yang berpengaruh pada kehidupan sosial etnis Tionghoa. Filosofi ini berasal dari warna merah yang diidentikkan dengan api yang penuh semangat. Dari sinilah kata-kata motivasi seperti *Jiayou* muncul. *Jiayou* secara harfiah artinya “menambahkan minyak” atau sama artinya dengan memberikan semangat. Lebih lanjut Ari mengatakan bahwa filosofi ini menjadikan etnis Tionghoa semangat dalam banyak hal, sehingga apapun yang terjadi harus tetap semangat, dan inilah yang membuat etnis Tionghoa dapat bertahan hidup dimana pun ia berada. Seorang filosof Cina, Lao Tse, pernah berkata mengenai pohon bambu, “sekalipun bambu meliuk diterpa angin, namun dia tetap mempunyai pegangan, akar yang kuat menghunjam tanah. Sehingga ia tidak mudah roboh (Azizi, 2011). Ada beberapa makna dari filosofi ini, yaitu:

1. Meskipun bambu termasuk tanaman dari keluarga rumput, namun bambu tetap bisa menunjukkan eksistensi dan kehebatannya sehingga orang cenderung tidak merasa bahwa bamboo berasal dari rumput yang biasa mereka injak. Hal ini bermakna bahwa latar belakang seseorang tidak ada hubungannya dengan

kesuksesan. Selama berusaha dengan gigih, maka dari mana saja asalnya pasti akan mencapai kesuksesan

2. Pada saat kota Hiroshima dan Nagasaki dibom atom oleh sekutu, tanaman yang pertama kali tumbuh adalah bambu. Kejadian ini menginspirasi Cina bahwa bangkit dari keterpurukan merupakan sikap yang harus dimiliki bila ingin sukses.
3. Bambu termasuk tanaman yang tidak mudah patah bila diterpa angin kencang, karena memiliki sifat lentur. Hal ini diartikan sebagai sifat fleksibel, dimana setiap orang tidak boleh kaku dan harus memiliki mental yang matang, sehingga dalam keadaan apapun mampu beradaptasi dengan baik.

Menurut Hadiluwih (2008) dalam kajiannya mengenai konflik etnik di Medan etnis Tionghoa memiliki watak-watak dasar seperti ketekunan, kesungguhan, berani (spekulatif), cenderung beregerak dalam sektor perniagaan dan hal ini terbentuk karena pengalaman yang didapatkan dari negeri Cina, dimana rakyat tak sepenuhnya memiliki pola pikir yang sesuai dengan pemerintahnya. Sehingga hal ini mempererat hubungan kekrabatan dan kemasyarakatan diantara mereka. Ia juga menambahkan, kekhasan Tionghoa Medan terbentuk karena lingkungan ekonomik-sosial budaya masyarakat yang berada disekitarnya (Hadiluwih, 2008).

3. Keberadaan Etnis Tionghoa di Kota Medan

Kedatangan etnis Tionghoa secara besar-besaran ke Medan dimulai pada abad 19-20. Pada saat itu perusahaan perkebunan Belanda mendatangkan tenaga kerja dari Cina sebagai kuli kontrak perkebunan (Hadiluwih, 2008).

Menurut catatan terakhir BPS Medan tahun 2000, etnis Tionghoa yang tinggal di kota Medan sekitar 202.945 jiwa atau sekitar 10.65 % (Hadiluwih, 2008). Tempat pemukiman etnis Tionghoa pada umumnya di pusat-pusat perbelanjaan dan pusat kota. Mereka menyebar di sekitar jalan Asia, dengan zona pasarnya adalah pasar/pajak Hongkong (Hadiluwih, 2008).

Etnis Tionghoa terdiri dari beberapa jenis suku. Beberapa diantaranya yang ada di kota Medan adalah Kong Hu, Tio Chiu, Puntis/Kanton, Hakka/Kheks, Hailams, Hokkian, Hoekloes, Luitsu, dan Koatsiu (Hadiluwih, 2008). Akan tetapi diantara sembilan suku tersebut, yang paling banyak di kota Medan adalah suku Hokkian yang pada umumnya adalah suku pedagang (Hadiluwih, 2008).

Ada yang berbeda antara etnis Tionghoa di Medan dengan beberapa kota di luar Medan. Contohnya, etnis Tionghoa di Medan masih sering berkomunikasi dengan sesamanya baik ada ataupun tanpa kehadiran etnis lain dengan menggunakan bahasa Hokkian (Silaban, 2010). Sedangkan etnis Tionghoa di Surabaya, mereka berbahasa Indonesia dengan logat khas Jawa Timur ketika berkomunikasi sehari-hari, dan hal ini juga terjadi dengan etnis Tionghoa di Jogjakarta (Sutarto, 2010).

Menurut Lubis (2005) dalam pandangan warga pribumi, warga keturunan Tionghoa di Medan cenderung eksklusif dan relatif kurang bergaul dengan penduduk

pribumi. Berbeda dengan warga keturunan Arab hampir melebur menjadi bagian yang nyaris sama dengan komunitas tempatan. Meskipun warga keturunan India tidak melebur seperti halnya warga keturunan Arab, tetapi warga India dinilai tidak eksklusif warga keturunan China. Muhammad (2011) berpendapat, etnis Tionghoa menjadi eksklusif dikarenakan adanya perasaan bahwa diri mereka diperlakukan secara tidak adil oleh warga pribumi, dan merasa bahwa warga pribumi menganggap mereka sebagai “pendatang yang tidak tahu malu”. Lain halnya di Tangerang Banten, masyarakat Tionghoa telah menyatu dengan penduduk setempat dan mengalami pembauran lewat perkawinan, sehingga warna kulit mereka kadang-kadang lebih gelap dari Tionghoa yang lain (Abyan, 2011).

E. Hubungan *Virtue* dengan Kepuasan Hidup Pada Etnis Tionghoa di Kota Medan

Menurut Seligman (2004) untuk mencapai kehidupan yang baik individu menjalani seluruh aspek kehidupan setiap hari dengan menggunakan kekuatan karakter untuk memperoleh kepuasan hidup. Oleh karena itu, aktifitas sehari-hari yang melibatkan kekuatan karakter dapat berkontribusi pada pengalaman yang memuaskan dan menyenangkan.

Hubungan antara kekuatan karakter dengan kepuasan hidup dan pemenuhan diri tidaklah diartikan bahwa kekuatan karakter akan menyebabkan kepuasan hidup dan pemenuhan diri, akan tetapi lebih kepada kekuatan karakter berkontribusi pada kepuasan hidup dan pemenuhan diri seseorang. Oleh karena karakter memiliki kontribusi pada kepuasan hidup, maka seharusnya *virtue* yang menaungi 24 karakter ini juga berhubungan dengan kepuasan hidup.

Kekuatan *virtue* yang menonjol pada setiap individu akan berbeda pada masing-masing budaya. Dimana budayalah yang berperan dalam pembentukan karakter melalui ketersediaan institusi, ritual, peran model, dongeng, pepatah, dan cerita anak (Seligman & Peterson, 2004). Institusi dan ritual mengizinkan individu untuk melatih dan mengembangkan karakter yang dimiliki individu. Kemudian peran model dan dongeng yang ada dalam budaya akan membantu dalam menggambarkan karakter tertentu. Dengan begitu, karakter-karakter yang lebih menonjol pada individu tersebut menimbulkan pola *virtue* yang berbeda-beda pada setiap budaya. Perbedaan-perbedaan budaya tersebut menyebabkan timbulnya perbedaan keyakinan dan nilai pada individu, sehingga menyebabkan perbedaan dalam cara mencapai kebahagiaan dan kepuasan hidup pada budaya yang berbeda (Compton, 2005). Budaya Tionghoa sendiri memiliki budaya, ritual, peran model, cerita sejarah, dan institusi yang berbeda dengan kelompok etnis lainnya. Misalnya salah satu kegiatan yang dilakukan saat berada di dalam Kelenteng, yaitu belajar mengenai kearifan hidup, seperti keseimbangan alam, tubuh, dan spiritualitas (Muhammad, 2011), dan adanya sebuah prinsip *Ti*, dimana setiap manusia harus menyikapi hidup dengan bijaksana. Ritual dan prinsip ini tampaknya cerminan dari *virtue wisdom*, karena *wisdom* adalah kekuatan kognitif yang memerlukan kemahiran dan penggunaan pengetahuan, serta bagaimana ia menerapkan pengetahuan tersebut (Seligman & Peterson 2004). *Virtue wisdom* sendiri terdiri dari lima karakter yakni Kreativitas, Keingintahuan, Keterbukaan Pikiran, Cinta Akan Pembelajaran, dan Perspektif.

Etnis Tionghoa memiliki kepercayaan bahwa keahlian dan bidang apapun dapat dipelajari. Misalnya dalam berbisnis, sebelum terjun ke suatu bidang usaha, mereka mengumpulkan banyak informasi, membuka mata dan telinga untuk menyerap semua informasi. Bila ada yang tidak paham, mereka akan belajar dari ahlinya. Etnis Tionghoa meyakini bahwa bakat itu tidak ada, yang ada hanya kemauan dan keinginan (Emsan, 2012), sehingga kepercayaan ini membentuk karakter Keingintahuan, Keterbukaan Pikiran, dan Kecintaan Belajar. Pengetahuan dan keterbukaan pikiran beberapa orang tua etnis Tionghoa juga diterapkan kepada anak mereka yaitu tidak lagi mengharuskan anaknya untuk menggeluti bisnis. Etnis Tionghoa memiliki prinsip, ”kaya dan kedudukan adalah dambaan setiap orang, namun bila tidak bisa diraih dengan jalan yang benar, tidak usah diraih”. Artinya kita memiliki tujuan tidak hanya mengejar hasil, tetapi proses yang baik dan sehat juga penting (Yusuf, 2000). Prinsip ini mencerminkan adanya karakter Perspektif, karena tujuan hidup saja tidak perlu bila kita tidak mengerti makna kehidupan yang baik itu seperti apa.

Makna *virtue wisdom* adalah segala pengetahuan dan kemahiran yang dimiliki harus mampu diterapkan sebaik-baiknya dengan tujuan dapat memberi makna dalam kehidupan dan membantu menyikapi masalah sehari-hari sehingga memberi manfaat (Seligman & Peterson, 2004). Menurut Diener, mampu memanfaatkan kebahagiaan yang kita miliki adalah hal yang penting untuk mengelola kesehatan psikologis, sehingga kepuasan hidup dapat terjaga (Diener, 2008). Salah satu ciri memiliki kepuasan hidup yang baik adalah mampu memberi makna dalam kehidupan kita (Diener, 2009). Berkaitan dengan hal tersebut, *virtue*

wisdom yang ada dalam diri etnis Tionghoa memungkinkan etnis Tionghoa menilai secara kognitif tentang kehidupannya yang baik dan memuaskan.

Etnis Tionghoa memiliki filosofi pohon bambu dimana batangnya tetap kokoh walaupun ditiup angin. Salah satu makna dari filosofi pohon bambu adalah selama mau berusaha dengan gigih, maka akan mencapai kesuksesan (Azizi, 2011) dan latar belakang seseorang tidak ada hubungannya dengan kesuksesan. Filosofi pohon bambu merupakan cerminan dari *virtue courage*, karena *courage* adalah kemampuan untuk menuntaskan tujuan meskipun banyak rintangan. *Virtue courage* terdiri dari karakter Keberanian, Kegigihan, Integritas, dan Vitalitas. Etnis Tionghoa meyakini bahwa untuk mencapai kesuksesan harus berani mengambil resiko. Tidak takut meskipun di depan akan mengalami kegagalan (Emsan, 2012).

Prinsip ini mencerminkan karakter Keberanian pada etnis Tionghoa, yaitu pemahaman akan resiko dan menerima konsekuensi dari suatu tindakan (Peterson & Seligman, 2004). Apabila mereka mengalami kegagalan etnis Tionghoa tidak mudah putus asa, dan bangkit melanjutkan tindakan untuk mencapai tujuan mereka. Filosofi pohon bambu membuat etnis Tionghoa mampu bertahan dalam kondisi apapun. Inilah yang membentuk karakter Kegigihan karena menurut Peterson dan Seligman (2004) kegigihan memerlukan adanya perilaku aktif dalam mempertahankan suatu tujuan ataupun kepercayaan. Begitupula dengan prinsip etnis Tionghoa yang disebut *Sin*, yang mengajarkan manusia harus bisa dipercaya. Anak-anak diajarkan untuk selalu berkata jujur, tidak menipu orang lain, dan menepati janji (Sitanggang, 2010). Mereka percaya bahwa kesuksesan itu tidak

datang dengan jalan pintas dan kotor (Emsan, 2012). Prinsip *Sin* mencerminkan karakter Integritas, karena karakter Integritas menuntut individu untuk selalu berkata jujur, tampil tanpa adanya kebohongan, dan tindakannya bermanfaat (Leimon & Mahon, 2009). Ajaran Konfusius menekankan sifat pentingnya kerja keras, ketekunan, dan tidak setengah-setengah dalam mencapai tujuan. Menurut ajaran Konfusius sikap yang tidak pernah lari dari cita-cita dan tujuan merupakan hal yang mendasar. Itulah sebabnya semangat perniagaan dan kekayaan bukan berasal dari bakat atau turun dari langit tetapi perlu diraih dengan kerja keras sekuat tenaga (Emsan, 2012). Ajaran Konfusius mengenai semangat menggapai cita-cita ini membentuk karakter Vitalitas yaitu upaya yang tidak setengah hati terhadap kegiatan untuk mencapai suatu tujuan, karena keterlibatan dalam aktifitas akan menyebabkan kebahagiaan, meskipun tidak semua aktifitas dapat meningkatkan *subjective well being* (Diener, 2009).

Menurut ajaran Konfusius manusia bertanggung jawab atas nasibnya sendiri, oleh karena itu kesadaran untuk maju dan sukses harus dimulai dari masing-masing individu, baru kemudian di tingkat masyarakat. Kesadaran akan kesuksesan menciptakan masyarakat yang sehat dan memiliki jiwa yang kuat (Emsan, 2012). Comte-Sponville (Peterson & Seligman, 2004) menyatakan dengan *courage* kita dapat melakukan apa yang kita anggap benar, meskipun harus banyak kehilangan, dan tanpa *courage* individu tidak mampu melawan hal-hal yang menyakitkan dalam hidup. Inilah yang menurut Sitanggang (2010), meskipun adanya perlakuan diskriminasi, membuat etnis Tionghoa tertantang untuk hidup lebih baik, sehingga dengan adanya *virtue courage* dalam diri etnis

Tionghoa, memungkinkan etnis Tionghoa menilai secara kognitif tentang kehidupannya yang baik dan memuaskan.

Sebuah prinsip kehidupan etnis Tionghoa yaitu manusia harus memiliki cinta kasih (*Jin*) yang tampak dari ritual pemberian angpau, membantu saudara yang kurang sukses, pembagian makanan kepada orang-orang yang tidak mampu (Muhammad, 2011). Dalam hal memberi pertolongan, terdapat filosofi *Jinceng*, yaitu apa yang telah kita berikan kepada orang lain kita harus melupakannya, tetapi harus selalu mengingat apabila kita ditolong orang lain (Sitanggang, 2010). Salah satu makna filosofi pohon bambu adalah fleksibel karena bambu bersifat lentur. Artinya dalam hidup bermasyarakat kita harus pandai menyesuaikan diri dengan siapapun dalam kondisi apapun. Prinsip ini tampaknya membentuk *virtue humanity* pada etnis Tionghoa karena *virtue humanity* merupakan kemampuan untuk menunjukkan kepedulian dan perhatian kepada orang lain. *Virtue humanity* terdiri dari karakter Cinta, Kebaikan, dan Kecerdasan Bermasyarakat. Prinsip *Jin* tampaknya membentuk karakter Cinta karena dalam prinsip tersebut individu yang selalu berhubungan dengan orang lain, apalagi memiliki hubungan dekat dengan orang lain, maka individu tersebut harus saling berbagi kasih. Filosofi *Jinceng* tentang perilaku menolong merupakan cerminan dari karakter Kebaikan, dimana individu menolong orang lain harus dengan ikhlas memang karena orang tersebut berhak mendapatkannya. Menjadi orang yang fleksibel seperti yang diajarkan filosofi bambu kelihatannya membentuk karakter Kecerdasan Bermasyarakat dimana manusia tidak boleh kaku dan harus memiliki mental yang matang, sehingga mampu beradaptasi dengan masyarakat dengan kondisi apapun.

Menurut Fordyce (Diener, 2009) salah satu cara untuk meningkatkan *subjective well being* adalah menjalin hubungan dengan orang lain dan mendapatkan dukungan sosial karena dukungan sosial dapat mempengaruhi kebahagiaan. Oleh karena itu, dengan adanya *virtue humanity* dalam diri etnis Tionghoa, memungkinkan etnis Tionghoa menilai secara kognitif tentang kehidupannya yang baik dan memuaskan.

Prinsip kehidupan lain pada etnis Tionghoa adalah menjunjung kebenaran (*Gi*) yang berarti keharusan untuk bertindak secara terhormat, dan mengontrol diri dalam hubungan dengan orang lain (Seligman, 2004). Misalnya ketika berdagang tidak ambil untung sendiri. Prinsip ini cerminan dari *virtue justice*, yang dipahami sebagai kemampuan untuk memerhatikan hak-hak dan kewajiban setiap orang agar tercipta keadilan. *Virtue justice* terdiri dari karakter *Citizenship*, Keadilan, dan Kepemimpinan. Sebuah konsep *Ren Qing* atau perasaan kemanusiaan mengajarkan bahwa manusia harus mengutamakan pengertian terhadap sesama, inilah yang membentuk karakter *Citizenship* pada etnis Tionghoa dimana manusia memang harus mengutamakan kepentingan bersama daripada kepentingan pribadi. Berkaitan dengan prinsip kasih sayang (*Jin*) yang membentuk *virtue humanity*, tampaknya juga membentuk karakter Keadilan karena karakter ini bermakna manusia memperlakukan setiap orang dengan sama tanpa adanya perbedaan dan ini sesuai dengan prinsip *Jin* dimana manusia harus memiliki cinta kasih, saling berbagi dan menerima satu sama lain. Menurut Seligman dan Peterson (2004), ketika seseorang mengetahui bahwa dirinya dapat memberi kontribusi kepada kelompoknya maka akan menciptakan kepuasan tersendiri bagi

individu tersebut, sehingga dengan adanya *virtue justice* dalam diri etnis Tionghoa, memungkinkan etnis Tionghoa menilai secara kognitif tentang kehidupannya yang baik dan memuaskan.

Pada etnis Tionghoa, ada sebuah konsep yang disebut *memberikan muka*, yaitu tidak hanya memaafkan saja, tetapi juga memaklumi, mengingat jasa orang tersebut atau karena kerabatnya (Tong, 2011). Konsep ini cerminan dari *virtue temperance*, yaitu menahan diri untuk melakukan sesuatu yang berlebihan. *Virtue temperance* terdiri dari karakter Pengampunan dan Belas Kasih, Kerendahan Hati dan Sederhana, Kehati-hatian, dan Pengaturan Diri. Etnis Tionghoa memiliki filosofi “Hiduplah nikmat, maka kelak kau akan sengsara”. Artinya orang-orang sukses dibentuk dari kehidupan yang sulit. Konsep *memberikan muka* yang memaklumi kesalahan dan memaafkan orang lain merupakan cerminan dari karakter Pengampunan Maaf dan Belas Kasih dimana manusia menjadi tidak termotivasi untuk dendam kepada orang yang berbuat salah kepadanya. Etnis Tionghoa diajarkan untuk hidup sederhana, mereka tidak menghabiskan kekayaan yang dimiliki, melainkan ditabung atau diinvestasikan untuk masa depan. Inilah yang membentuk karakter Kerendahan Hati dan Sederhana, Kehati-Hatian dan Pengaturan Diri yaitu tidak menyombongkan diri dan menggunakan sesuatu yang memang pantas untuknya dengan pemikiran yang matang untuk rencana ke depan selanjutnya. *Virtue temperance* dilibatkan dalam kehidupan sehari-hari untuk mengontrol sesuatu yang berlebihan, termasuk memonitor emosi, motivasi, dan perilaku yang hadir (Seligman & Peterson, 2004). Orang yang secara konsisten melatih menahan diri untuk tidak berperilaku berlebihan akan menjadi lebih

bahagia, produktif dan menjadi individu yang sukses (Eisenberg et al; Mischel, Shoda & Peake; Pintrich; Tsui & Ashford; Zimmerman, dalam Seligman & Peterson, 2004). Oleh karena itu adanya *virtue temperance* dalam diri etnis Tionghoa, memungkinkan etnis Tionghoa menilai secara kognitif tentang kehidupan yang baik dan memuaskan.

Etnis Tionghoa juga memiliki tradisi berbakti kepada orang tua ataupun leluhur yang menjadikan mereka mencintai orang tua dan keluarga dan merupakan suatu sifat yang harus dimiliki etnis Tionghoa (Muhammad, 2011). Salah satu bentuk penghormatan kepada leluhur adalah melakukan pemujaan di Kelenteng, dan meletakkan foto leluhur di atas *shio* atau gambar dewa-dewi (Yusuf, 2000; Muhammad, 2011). Tradisi ini cerminan dari *virtue transcendence*, yaitu membentuk hubungan dengan alam semesta sehingga memberikan makna bagi kehidupan individu. *Virtue transcendence* terdiri dari karakter Apresiasi Keindahan dan Keunggulan, Berterima Kasih, Harapan, Humor, dan Spiritualitas. Banyaknya ajaran Konfusius yang dianut tidak lepas dari tokoh Konghucu. Seorang tokoh yang berpengaruh pada kehidupan etnis Tionghoa pada umumnya sehingga menurut Azizi (2011) keberhasilan yang diraih etnis Tionghoa dikaitkan dengan filosofi-filosofi Konghucu yang diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Pengaplikasian filosofi Konghucu dalam kehidupan mencerminkan adanya karakter Apresiasi Keindahan dan Keunggulan, karena etnis Tionghoa menemukan dan mengapresiasi keunggulan filosofi-filosofi Konghucu sehingga menghasilkan kekaguman untuk menerapkannya.

Hari Raya Imlek bagi etnis Tionghoa bermakna pengucapan rasa syukur atas limpahan berkat dan rezeki pada tahun yang lalu. Selain melakukan ibadah, rasa syukur juga ditunjukkan dengan membagi uang atau beras kepada pengurus rumah ibadah dan fakir miskin. Makna Hari Raya Imlek sebagai rasa syukur ini cerminan dari karakter Berterima Kasih yaitu sebuah kekuatan yang akhirnya dapat meningkatkan kesejahteraan dan mendatangkan manfaat bagi orang lain. Filosofi pohon bambu yang mengajarkan bahwa manusia harus bangkit dari keterpurukan, dan meyakini masih ada jalan untuk mencapai kesuksesan tampaknya membentuk karakter Harapan pada etnis Tionghoa. Adanya karakter Harapan membuat manusia mempunyai pemikiran masa depan dan optimis dalam menjalani kehidupan di masa mendatang.

Di dalam kepercayaan dan buku-buku cerita etnis Tionghoa, mereka memiliki figur Dewa Hotei yang lucu dan selalu tertawa. Penggambaran figure ini membentuk karakter Humor, dimana mampu melihat sisi terang dalam kesulitan dengan mempertahankan suasana hati yang baik. Tradisi penghormatan kepada leluhur dengan melakukan pemujaan di Kelenteng, dan meletakkan foto leluhur di atas *shio* atau gambar dewa-dewi merupakan cerminan dari karakter Spiritualitas. Karakter ini menunjukkan bahwa individu meyakini adanya dimensi nonfisik di dalam kehidupan yang biasanya ditunjukkan dengan pemujaan figur-figur tertentu. Kekuatan karakter yang ada pada *virtue transcendence* mencoba untuk melampaui orang lain untuk merangkul sebagian atau seluruh alam semesta yang lebih besar. Keyakinan akan agama dan menjalankan ritual, atau ibadah yang berhubungan dengan kepercayaan umumnya memiliki hubungan positif dengan

subjective well being (Cameron, dalam Diener 2009), sehingga dengan adanya *virtue transcendence* dalam diri etnis Tionghoa, memungkinkan etnis Tionghoa menilai secara kognitif tentang kehidupan yang baik dan memuaskan. Sejalan dengan uraian di atas, menurut Deci & Ryan (dalam Diener, 2009) bahwa beberapa ritual dan ajaran kebudayaan memberikan kesempatan untuk mengembangkan level autonomi dan kompetensi anggota masyarakatnya yang berdampak pada *subjective well being* yang lebih baik.

F. Hipotesis Penelitian

Berdasarkan uraian di atas, maka hipotesis dalam penelitian ini:

1. Ho: tidak ada hubungan positif antara *virtue wisdom* dengan kepuasan hidup pada etnis Tionghoa di kota Medan
 Ha: ada hubungan positif antara *virtue wisdom* dengan kepuasan hidup pada etnis Tionghoa di kota Medan
2. Ho: tidak ada hubungan positif antara *virtue courage* dengan kepuasan hidup pada etnis Tionghoa di kota Medan
 Ha: ada hubungan positif antara *virtue courage* dengan kepuasan hidup pada etnis Tionghoa di kota Medan
3. Ho: tidak ada hubungan positif antara *virtue humanity* dengan kepuasan hidup pada etnis Tionghoa di kota Medan
 Ha: ada hubungan positif antara *virtue humanity* dengan kepuasan hidup pada etnis Tionghoa di kota Medan
4. Ho: tidak ada hubungan positif antara *virtue justice* dengan kepuasan hidup pada etnis Tionghoa di kota Medan

Ha: ada hubungan positif antara *virtue justice* dengan kepuasan hidup pada etnis Tionghoa di kota Medan

5. Ho: tidak ada hubungan positif antara *virtue temperance* dengan kepuasan hidup pada etnis Tionghoa di kota Medan

Ha: ada hubungan positif antara *virtue temperance* dengan kepuasan hidup pada etnis Tionghoa di kota Medan

6. Ho: tidak ada hubungan positif antara *virtue transcendence* dengan kepuasan hidup pada etnis Tionghoa di kota Medan

Ha: ada hubungan positif antara *virtue transcendence* dengan kepuasan hidup pada etnis Tionghoa di kota Medan