

**PRINSIP SEBUTUHNYA SEBAGAI PEMBENTUK RASA BAHAGIA
PADA NOVEL KELUARGA CEMARA 1**

Dyah Prabaningrum, Sofia Nur Khasanah, dan Swarinda Tyaskyesti
Jurusan Bahasa dan Sastra Indonesia, Kampus Sekaran, Gunungpati, Semarang, 50229

*email: dyah.praba91@gmail.com¹, sofianurkhasanah23@gmail.com², dan
tyaskyesti@outlook.com³*

ABSTRAK

Di dalam ilmu psikologi terdapat perspektif eudaimonic yang menerangkan konsep kebahagiaan serupa dengan konsep Suryomentaram. Sejatinya, Suryomentaram mengatakan kebahagiaan tak lain adalah ketentraman hidup. Hanya saja, seseorang kadang gagal untuk mendapatkan ketentraman hidup. Kegagalan tersebut, menyebabkan munculnya ketakutan akan masa depan dan penyesalan terhadap masa lalu. Pencegahan terhadap ketakutan masa depan dan penyesalan masa lalu dapat dicapai dengan cara bertindak berdasarkan prinsip sabutuhe. Makalah ini memaparkan prinsip sebutuhnya yang tercermin pada sikap hidup anggota Keluarga Cemara 1 dalam novel Keluarga Cemara 1 karya Arsendo Atwomiloto. Pendekatan dalam penelitian ini adalah pendekatan psikologi sastra Suryomentaram. Adapun fokus analisis dalam penelitian ini adalah prinsip sebutuhnya sebagai pembentuk rasa bahagia pada novel Keluarga Cemara 1.

Kata Kunci: Prinsip Sebutuhnya, Rasa Bahagia, dan Novel Keluarga Cemara 1

PENDAHULUAN

Kebahagiaan merupakan hal dicari setiap orang. Aristoteles meyakini kebahagiaan sebagai kebajikan tertinggi. Beberapa masyarakat menilai kebahagiaan dari kuantitas materi. Schimmel (dalam Patnani, 2012) menjelaskan bahwa kebahagiaan merupakan penilaian individu terhadap keseluruhan kualitas hidupnya. Menurut Schimmel, kebahagiaan terkadang juga disebut sebagai kesejahteraan subyektif (*subjective well being*). Adapun menurut Baumgardner dan Crottes mengatakan bahwa kebahagiaan (*happines*) atau dalam terminologi psikologi sering disebut *subjective well-being* merupakan kombinasi dari kepuasan hidup yang berupa adanya efek positif dan tidak ada efek negatif (dalam Pratama, 2017). Sehubungan dengan itu, Richards (dalam Arkoff, 1975) pernah melakukan penelitian tentang tujuan hidup tertinggi yang diinginkan manusia adalah menjadi kaya dan bahagia. Individu yang demikian memiliki keyakinan bahwa kebahagiaan berasal dari pemerolehan yang didukung oleh stereotip materialisme. Pada akhirnya, materialisme sebagai bentuk kesenangan diri akan

bertaut erat dengan hedonistik. Hedonistik yang berperan dalam materialisme berupa kesenangan yang didapatkan dari pengalaman kepemilikan (Tatzel: 2003). Individu atau masyarakat yang materialis cenderung konsumtif dan melakukan segala sesuatu untuk mendapatkan uang serta untuk meningkatkan gengsi.

Bertepatan dengan hari kebahagiaan internasional (20/3) PBB merilis *World Happiness Report 2017* yang mengurutkan peringkat 155 negara berdasarkan tingkat kebahagiaan penduduknya dan mendudukkan Indonesia pada peringkat ke 81 (Nasional Geographic, 2017). Peringkat kebahagiaan penduduk Indonesia turun 2 tingkat dari tahun sebelumnya yang berada pada posisi ke-79, sedangkan pada tahun 2015 posisi survey tingkatan kebahagiaan penduduk Indonesia berada pada posisi ke-74. Data tersebut menunjukkan presentase kebahagiaan masyarakat yang terus menurun padahal upaya masyarakat untuk meraihnya tidak berkurang bahkan meningkat. Peringkat kebahagiaan penduduk Indonesia turun 2 tingkat dari tahun sebelumnya yang berada pada posisi ke-79, sedangkan pada tahun 2015 posisi survey tingkatan kebahagiaan penduduk Indonesia berada pada posisi ke-74. Data tersebut menunjukkan presentase kebahagiaan masyarakat yang menurun padahal upaya masyarakat untuk meraihnya tidak berkurang bahkan meningkat.

Penelitian yang dilakukan Arief dan Nur Habibah (2015) menunjukkan bahwa aktivitas bersyukur dan optimis meningkatkan kebahagiaan seseorang, terutama responden penelitian yaitu mahasiswa S-1. Adapun penelitian Amalia (2010) memberikan gambaran kebahagiaan lansia tidak bisa dilepaskan dari dukungan sosial keluarga. Sehubungan dengan hal tersebut, Suryomentaram pada abad ke-19 telah mengonsepan tentang kebahagiaan. Menurut Suryomentaram (dalam Fudyartanto, 2003) ketika orang telah menemukan ketentraman dari dalam dirinya, orang menjadi lebih bijaksana dan tangguh. Orang tersebut tidak lagi merasa takut nasibnya ditentukan oleh keadaan-keadaan di sekitarnya karena sudah memahami dirinya sendiri. Menurut Suryomentaram, salah satu cara untuk meraih ketentraman diri adalah dengan menerapkan prinsip hidup sebutuhnya (sabutuhe). Sehubungan dengan hal tersebut, novel merupakan penggambaran hidup dan kehidupan yang dapat dijadikan refleksi laku hidup. Oleh karena itu,

makalah ini memaparkan cerminan dari prinsip hidup sebutuhnya yang tampak pada sikap hidup anggota *Keluarga Cemara 1* dalam novel *Keluarga Cemara 1* karya Arsendo Atwomiloto.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian deskripsi kualitatif. Objek material dari penelitian ini adalah novel *Keluarga Cemara 1* karya Arsendo Atwomiloto. Objek formal dalam penelitian adalah cerminan dari prinsip hidup sebutuhnya yang tampak pada sikap hidup anggota *Keluarga Cemara 1* dalam novel *Keluarga Cemara 1*.

Metode pengumpulan data dilakukan dengan teknik penelusuran pustaka dengan teknik catat. Analisis data dilakukan dengan deskriptif kualitatif. Adapun tahapannya adalah pengumpulan data berupa kutipan-kutipan kalimat sesuai dengan kepentingan masalah yang dibahas, analisis data dan pemberian interpretasi, terakhir pembuatan generalisasi dan kesimpulan, serta penyusunan hasil (pelaporan).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Sebutuhnya artinya segala sesuatu dipenuhi menurut apa yang memang benar-benar dibutuhkan, bukan hal lain yang tidak dibutuhkan. Kehidupan Ara dan keluarganya dalam novel *Keluarga Cemara 1* terbilang sangat pas-pasan. Sehingga hal itu membuat apa yang dibeli, apa yang diusahakan memang sesuatu yang benar-benar dibutuhkan. Dan untuk sesuatu yang memang dibutuhkan, Abah tak segan melakukan pengorbanan-pengorbanan. Seperti saat gigi Ara sakit dan perlu dicabut, Abah menjual ayamnya. Hal itu memang harus dilakukan karena sesuatu yang benar-benar dibutuhkan. Jika gigi Ara tidak dicabut ia akan terus kesakitan.

“Ya untuk ongkos memeriksakan gigi. Makanya kalau ayam sudah dijual, Abah tak bisa ke sawah, Ara tak masuk sekolah, semua itu pengorbanan waktu dan duit. Ara harus mau ya? Dengarkan, Ara. Semua itu Abah lakukan karena Abah sayang sama Ara. Apa pun yang Abah miliki, akan Abah berikan untuk Ara, untuk Agil atau Euis.” (Atmowiloto, 2013: 61)

Pada dasarnya, Abah mengajarkan pengorbanan kepada Ara. Pengorbanan yang dilakukan Abah itu cukup banyak (ditinjau dari kemampuan mereka). Akan tetapi, hal tersebut tidaklah menjadi masalah apabila segala segala sesuatu yang dilakukan memang dibutuhkan dan bukan hal yang sia-sia. Sikap tersebut diteladani oleh Ara, saat ia ditawari membeli sesuatu oleh Abah se usai ke dokter gigi, Ara hanya meminta barang yang memang dibutuhkannya.

“Iya, Abah tahu huh-hah=huh. Tapi huh-hah-huh apa? Mau naik beca saja? O, bukan. Lalu apa? Beli pensil berwarna? Iya? Ya. Kok masih huh-hah-huh? Sama buku?”

Ara menggeleng.

“Pensil warna saja?”

Ara menggeleng.

“Beli es? Belum boleh. O, bukan. Beli apa?”

“Huh-hah-huh.”

“Serutannya sekalian?”

Ara mengangguk. (Atmowiloto, 2013: 79)

Ara tidak meminta permintaan yang berlebihan. Saat hendak dibelikan pensil warna ia hanya meminta dibelikan serutannya sekalian karena hal tersebut memang dibutuhkan. Akan sulit jika membeli pensil warna tanpa serutan, Ara harus mengasah pensilnya menggunakan pisau atau chatter yang dapat membahayakan. Veenhoven (1994) mengatakan bahwa kebahagiaan bukan suatu sifat melainkan suatu variabel biasa sehingga dapat dipelajari dan dikondisikan sedemikian rupa untuk dapat dimiliki. Contoh sederhana mungkin dengan penjelasan bahwa manusia akan merasa bahagia dengan terpenuhinya semua kebutuhan hidupnya atau mungkin dengan melakukan aktifitas-aktifitas sederhana yang menimbulkan kesenangan yang amat mendalam hingga menciptakan kebahagiaan.

Abah tidak segan-segan mengeluarkan banyak pengorbanan untuk hal yang dibutuhkan, akan tetapi Abah juga bersifat tegas ketika ada anaknya melakukan sesuatu yang sebenarnya tidak benar-benar dibutuhkan atau sia-sia. Hal ini terjadi ketika Euis bekerja di pabrik rokok. Apabila Euis dapat melinting

seribu batang rokok sehari ia akan mendapat hadiah satu pak rokok. Euis ingin memberikan satu pak rokok itu kepada Abah, ia semangat bekerja hingga membolos sekolah. Abah yang mengetahui hal tersebut marah dan melarang Euis bekerja di sana lagi.

*“Abah tak ingin Euis bekerja sampai membolos sekolah. Itu tidak baik.”
“Maaf, Euis. Abah tak tahu. Tapi abah tak ingin anaknya bekerja seperti itu. masih banyak yang lain yang bisa dikerjakan. Abah sudah merasa, lebih dari sekedar merasakan rokok pemberian Euis.”* (Atmowiloto, 2013: 178).

Rokok bagi Abah bukanlah sesuatu yang dibutuhkan. Apalagi Euis harus bekerja dan meninggalkan sekolah untuk memperolehnya. Bagi anak seusia Euis, sekolah lebih dibutuhkan daripada apapun. Maka Abah bersikap tegas pada Euis untuk memberhentikannya bekerja meskipun lintingan rokoknya hampir mencapai seribu perhari. Abah mengatakan lebih baik tidak merokok selamanya daripada Euis harus bekerja seperti itu.

Bagi anak seusia Euis, kebutuhan utama ia adalah memperoleh pendidikan. Apalagi Euis belum menyelesaikan pendidikan dasar. Hal ini tertuang dalam UU No 20 Tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional. Pada Pasal 6 Ayat 1 berbunyi “Setiap warga negara yang berusia tujuh sampai dengan lima belas tahun wajib mengikuti pendidikan dasar”. Sedangkan bekerja merupakan kewajiban yang harus ditanggung oleh orang tua.

Bukan hanya kebutuhan terhadap sesuatu yang berjenis material saja, akan tetapi dalam kebutuhan non material Abah berusaha memenuhinya meskipun dengan cara yang semampunya. Salah satunya adalah kebutuhan untuk berlibur dan merilekskan diri dari kepenatan kegiatan sehari-sehari. Hal tersebut digambarkan menjelang karnavalan, seluruh desa belomba untuk menghias diri di ajang karnaval. Begitu pun Ara dan Agil, mereka ingin ikut menjadi peserta dalam karnaval tersebut menjadi putri Aceh atau putri Solo. Awal mulanya mereka ragu apakah Abah mengizinkan untuk ikut karnaval, karena pasti biaya untuk menyewa pakaian dan lain sebagainya mahal. Akan tetapi diluar dugaan ternyata Abah menyetujui.

“Setahun sekali ada saatnya kita bergembira. Sekian lama kita terbenam dalam kepengapan yang tak ada ujung pangkalnya. Sekarang kita bergembira.” (Atmowiloto, 2017: 182).

Abah menyetujui untuk mengikuti karnaval karena mereka memang membutuhkannya. Mereka butuh bergembira untuk melepaskan kepenatan. Akan tetapi Abah tidak menyetujui Ara dan Agil menjadi putri-putrian karena hal tersebut tidak dibutuhkan. Untuk bergembira tidak harus bermewah-mewahan. Abah mengusahakan Ara dan Agil ikut karnavalan dengan cara lain, yaitu dengan mengubah becaknya menjadi helikopter dan anak-anak menjadi pilotnya. Kebahagiaan yang mereka dapatkan dari hasil kreatifitas dan usaha mandiri tersebut nyatanya dapat menyamai kegembiraan teman-temannya yang menggunakan kostum, bahkan lebih. Hal tersebut karena kebutuhan mereka untuk bergembira terpenuhi.

Csikszentmihalyi (dalam Chen, dkk, 2000) mendefinisikan *flow experiences* atau pengalaman mengalir sebagai suatu pengalaman yang optimal dan memberikan kesenangan yang besar saat seseorang terlibat dalam suatu aktivitas dengan konsentrasi secara total dan penuh. Kegiatan-kegiatan seperti yang refleksi seperti ini akan banyak menyediakan, memberikan dan memenuhi emosi-emosi positif seperti kesenangan, relaksasi dan kenikmatan sebagai cara untuk memperoleh kebahagiaan. Dengan sesekali melakukan hal semacam rekreasi maka seseorang dapat keluar dari rutinitas yang “membodohi” dan membosankan (Elias & Dunning dalam Rahardja, 2007).

Meskipun demikian, tidak semua kebutuhan mereka terpenuhi. Terkadang suatu kebutuhan yang sebenarnya memang dibutuhkan harus tersisihkan untuk kebutuhan yang lebih dibutuhkan lagi. Dalam novel *Keluarga Cemara 1*, untuk kebutuhan material kondisi mereka mengharuskan hanya “yang benar-benar dibutuhkan” yang dipenuhi. Seperti ketika Ara menginginkan sebuah sepatu. Ia berharap saat Tante Iyos (Teman Abah) datang akan membelikannya sepatu. Ara berdoa kepada Bapa dengan suara keras hingga Tante Iyos mendengar dan mengabulkannya. Akan tetapi uang yang diberikan oleh Tante Iyos untuk membeli sepatu justru digunakan oleh Ema untuk membayar hutang kepada Ceuk

Salmah. Hal ini dilakukan Ema karena kebutuhan yang paling dibutuhkan saat itu adalah membayar hutang.

“Ema, aku, Abah risi melihat Aceuk Salmah. Aku dimintai pendapat, aku setuju. Tak bisa lain, Ara. Kalau tidak dibayar sekarang, Aceuk marah-marah. Seluruh kampung diberi tahu. Bunganya juga semakin tinggi. Nanti kalau tabungan kita sudah penuh, kita beli yang baru ya? Ya?” (Atmowiloto, 2013: 38)

Ara sedih pada saat itu. akan tetapi ia memahami, bahwa kebutuhan yang lebih penting pada saat itu adalah membayar hutang. Hal ini terlihat dari doa Ara;

“Ya, Bapa kami di surga, ampunilah dosa Ema. Ara tahu, Bapa yang di surga memberikan duit buat beli sepatu. Tapi dipakai Ema. Bapa, jangan marah sama Ema ya? Ara juga tidak marah, Bapa. Ara cuma sedih.” (Atmowiloto, 2013: 38).

Kelapangan hati dan penerimaan inilah yang membuat Ara tidak mengalami tekanan meskipun kebutuhannya tidak terpenuhi. Tekanan-tekanan akibat keinginan yang tidak terpenuhi inilah yang membuat seseorang tidak merasakan kebahagiaan dalam hidup. Sedangkan hati yang lapang dan tabah akan senantiasa terbuka untuk menerima kenyataan dengan ikhlas. Hal ini senada dengan yang diungkapkan Prihartanti (2003) bahwa manusia dapat mencapai bahagia apabila ia tabah (*tatag*) dalam menjalani kehidupannya. Dengan bersikap *tatag* itu maka kita juga dapat memotivasi dan mempengaruhi orang lain agar juga memiliki rasa yang sama sehingga dapat memperoleh kebahagiaan secara bersama.

Salah satu faktor yang membuat hati lapang dan tabah adalah keyakinan religius. Sesungguhnya, keyakinan religiuslah yang membuat kehidupan kita lapang secara spiritual, dan yang menyelamatkan kita dari tekanan faktor-faktor spiritual. Seorang yang memiliki keyakinan religius selalu optimis sikapnya terhadap dunia, kehidupan dan alam semesta (Mutahhari: 2010). Sikap yang religius tampak dari perilaku Ara berdoa dan memohonkan ampun untuk Ema.

Dalam novel *Keluarga Cemara 1*, dapat kita lihat bahwa keluarga sangat berperan penting dalam membentuk karakter yang tabah dan mampu bertahan dalam masa-masa sulit. Benokraitis (1996) mengatakan bahwa bukan keluarga

bukan hanya memberikan cinta, namun juga dukungan emosional yang sangat membantu anggota keluarga berjuang melewati masa-masa sulit. Hal inilah yang membuat Abah, Ema, Euis, Cemara dan Agil mampu bertahan dengan kondisi yang terbilang kurang, bahkan mereka cenderung merasa lebih bahagia. Keluarga adalah sumber kebahagiaan awal sejak masa kecil. Selain itu keluarga juga memberikan empati, kebebasan dan kemandirian serta internalisasi awal bagaimana menjadi diri sendiri sebagai bekal berinteraksi dengan dunia luar (Pearson dalam Rahardja, 2007).

PENUTUP

Dalam Novel *Keluarga Cemara 1*, Abah telah mengajarkan pada anak-anaknya untuk berprinsip sakbutuhe (sebutuhnya). Saat melakukan sesuatu tersebut, Abah juga mengajarkan pengorbanan dan kreatifitas sebagai strategi untuk memenuhi kebutuhan. Hal yang dilakukan berdasarkan prinsip kebutuhannya dengan tujuan dan cara yang baik dalam novel tersebut ternyata dapat membuat ketentraman batin. Ketentraman batin tersebut, memberikan efek kebahagiaan bagi anak-anak Abah.

DAFTAR PUSTAKA

- Arkoff, A. 1975. *Psychology and Personal Growth*. Boston: Allyn and Bacon.
- Benokraitis, N.J. 1996. *Marriages and Families: Changes, Choices and Constraints (second edition)*. New Jersey: Prentice Hall.
- Chen, H., Wigand, R.T & Nilan, M. 2000. Exploring web users' optimal flow experiences. *Information Technology & People*, 13, pp. 263-281.
- Rahardjo, Wahyu. 2007. Kebahagiaan sebagai suatu Proses Pembelajaran. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 12 (2): 127-137
- UU. Nomor 20 Tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional.
- Veenhoven, R. 1994. Is Happiness a Trait? Test of the Theory that a Better Society does not Make People Any Happier. *Social Indicator Research*, 32, pp. 101-106.
- Amalia, Sofa. 2010. "Pengaruh Dukungan Sosial Keluarga terhadap Kebahagiaan (Happiness) pada Lansia di Kota Malang (Studi Integratif Berdasarkan Perspektif Hedonia dan Eudaimonia)." Artikel. *Google Cendekia*.
- Arief, Moch. Fahmy dan Nur Habibah. 2015. "Pengaruh Strategi Aktivitas (Bersyukur dan Optimis) terhadap Peningkatan Kebahagiaan pada Mahasiswa S1 Pendidikan Guru Sekolah Dasar" dibukukan dalam prosiding "Psikologi dan Kemanusiaan".

- Fudyartanto, Ki. 2003. *Psikologi Kepribadian Timur*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Nasional Geograpic. 2017. Inilah Negara-negara Paling Bahagia di Dunia Tahun 2017. <http://nationalgeographic.co.id/berita/2017/03/inilah-negara-negara-paling-bahagia-di-dunia-tahun-2017> (diunduh pada tanggal 19 Februari 2018).
- Patnani, Miwa. 2012. Makna Kebahagiaan pada Perempuan. *Jurnal Psikogenesis*. No 1 Vol 1.
- Pratama, Arga Yuda. 2017. Makna Kebahagiaan pada Pelaku Meditasi Sumarah. Skripsi.
- Prihartanti, N. 1999. Pengembangan kecenderungan kepribadian melalui olah rasa. *Anima, Indonesian Psychological Journal*, 15 (1), 66-75.
- Tatzel, M. 2003. The Art of Buying: Coming to Terms with Money and Materialism. *Journal of Happiness Studies*. 4 (4)
- Atmowiloto, Arswendo. 2017. *Keluarga Cemara 1*. Jakarta: Gramedia.

