

BAB I

PENDAHULUAN

Pusat Penelitian Kependudukan Lembaga Ilmu Pengetahuan Indonesia (2019), menyebutkan bahwa berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) pada tahun 2018 menemukan hasil bahwa 9-10 dari 100 penduduk dengan usia 15 tahun keatas di Indonesia mengalami gangguan emosi. Pada data Riskesdas 2018 menunjukkan prevalensi gangguan emosi mencapai 6,1% dari jumlah penduduk pada usia 15 tahun ke atas (Maulana, Suryani, Sriati, Sutini, Widianti, Rafiah, Hidayati, Hernawati, Yosep, Hendrawati, Amira, Senjaya, 2019). World Health Organization (2019), menyebutkan bahwa gangguan emosi pada usia 15 tahun ke atas dapat menyebabkan penarikan sosial dan bunuh diri. Berdasarkan hal tersebut dapat menjadi landasan bahwa pentingnya untuk meningkatkan kepedulian pada kondisi emosi.

Emosi merupakan suatu proses menilai dan membentuk respon emosional terhadap stimulus, seperti tindakan, pengekspresian, pengendalian emosi, memahami kepribadian, dan motivasi berperilaku (Fontaine, Scherer, Soriano, 2013; Moors, Ellsworth, Scherer, Frijda, 2013; Nadhiroh, 2015; Russell, 2003; Sander, 2018; Van Gorp & Adams, 2012). Berdasarkan pendapat Barrett & Russell (2015), berbagai macam stimulus yang diterima individu membentuk pemaknaan stimulus yang unik. Pemaknaan unik tersebut dapat dikategorikan berdasarkan emosi positif dan negatif. Ntuna (2015), menyebutkan emosi positif adalah emosi yang mampu menghadirkan perasaan positif terhadap individu yang mengalaminya. Sedangkan menurut (Yuliani, 2013), emosi negatif adalah suatu keadaan kurang menyenangkan sehingga mempengaruhi sikap dan perilaku individu dalam berhubungan dengan orang lain. Secara teori, emosi positif dan negatif memiliki macam-macam emosi spesifiknya, seperti kebahagiaan, terkejut, marah, jijik, takut dan kesedihan (Matsumoto & Hwang, 2014).

Emosi bahagia merupakan suatu keadaan emosi yang ditimbulkan oleh aktivitas tertentu atau instrumental tertentu (Duque, Turla, Evangelista, 2013; Rolls, 2013). Arif (2016), menyebutkan bahwa bahagia adalah sebagai tujuan akhir dari segala aktivitas, upaya, dan perjuangan dalam hidup individu. Kecenderungan

untuk mengalami emosi bahagia merupakan hal yang sangat sederhana seperti, tanpa perlu melakukan suatu hal, pergi ke tempat lain, dan tidak perlu memperbaharui diri atau menjadi orang yang berbeda (Bien & Thomas, 2010).

Emosi bahagia yang diukur dalam penelitian ini berdasarkan keadaan emosi yang ditimbulkan oleh penguat instrumental, yaitu video 360 *virtual reality*. Suatu aktivitas menonton dan mendengarkan video 360 *virtual reality* secara bersamaan.

Dalam perspektif Islam, Imam Al-Ghazali menyebutkan bahwa bahagia adalah ketika bertemu dengan sang Khaliq dan bahagia adalah sebagai tujuan utama dalam kehidupan manusia. Sebagaimana dengan firman Allah SWT:

مَنْ كَانَ يَرْجُوا لِقَاءَ اللَّهِ فَإِنَّ أَجَلَ اللَّهِ لَآتٍ وَهُوَ السَّمِيعُ الْعَلِيمُ

Artinya: “Barangsiapa mengharap pertemuan dengan Allah, maka sesungguhnya waktu (yang dijanjikan) Allah pasti datang. Dan Dia Yang Maha Mendengar, Maha Mengetahui.” (Q.S. Al-‘Ankabut (69): 5)

يَوْمَ يَأْتِ لَا تَكَلَّمُ نَفْسٌ إِلَّا بِإِذْنِهِ فَمِنْهُمْ شَقِيٌّ وَسَعِيدٌ ۝ ١٠٥

Artinya: “Di kala datang hari itu, tidak ada seorangun yang berbicara, melainkan dengan izin-Nya; maka di antara mereka ada yang celaka dan ada yang berbahagia.” (Q.S. Hud (11): 105)

Kementerian Agama (2020) menafsirkan ayat di atas pada Surah Al-‘Ankabut ayat 5 bahwa setelah memperingatkan semua pihak, baik yang taat maupun yang durhaka. Allah mengisyaratkan anugerah-Nya kepada yang taat dengan berfirman. “Barangsiapa yang beriman kepada kebangkitan dan mengharap pertemuan dengan Allah, maka bergegaslah mengerjakan amal saleh, karena sesungguhnya waktu yang dijanjikan Allah pasti datang. Dan dia Yang Maha Mendengar perkataan-perkataan hamba-Nya, Maha Mengetahui perbuatan-perbuatan mereka, dan Dia akan membalas mereka masing-masing sesuai dengan apa yang dilakukannya. Selanjutnya pada Surah Hud ayat 105 bahwa Di antara orang-orang yang berkumpul di hari Kiamat itu, ada yang celaka, mereka akan mendapat azab yang pedih sebagaimana yang telah diancamkan kepada orang-orang kafir, dan ada yang berbahagia, mereka akan memperoleh pahala dan kesenangan sepanjang masa sesuai dengan yang telah dijanjikan kepada orang-orang yang bertakwa.

Ayat di atas menjelaskan bahwa ketika individu yang mengharapkan bertemu dengan Allah serta mengerjakan segala perintah-Nya dan menjauhi larangan-Nya,

individu tersebut akan merasa bahagia ketika hari dimana orang-orang dikumpulkan yaitu hari Kiamat. Emosi bahagia yang dirasakan individu adalah dengan memperoleh kesenangan sepanjang masa sesuai dengan waktu yang telah dijanjikan Allah. Fuad (2015) menjelaskan bahwa emosi bahagia adalah suatu fitrah atau bawaan alami manusia yang dapat diteliti secara objektif atau subjektif. Penelitian secara objektif, seperti merujuk pada aturan agama atau pembuktian tertentu. Sedangkan pengukuran secara subjektif, seperti respon atau jawaban dari pertanyaan yang diberikan.

Penelitian emosi yang signifikan mempengaruhi individu adalah menggunakan teknik eksperimen dengan induksi emosi (Medrano, Flores-Kanter, Moretti, Pereno, 2016). Induksi emosi adalah suatu cara untuk memicu timbulnya emosi pada manusia (Zachariae, Jergensen, Egekvist, Bjerring, 2001). Berbagai metode dapat digunakan dalam teknik menginduksi emosi, seperti hipnosis, musik, film, stimulasi listrik otak, autobiografi, *imagery*, gambar, dan video. Metode yang populer untuk menginduksi emosi adalah menggunakan video, karena hal tersebut dapat meningkatkan hasil induksi emosi yang signifikan terhadap respon fisiologis subyek (Siedlecka & Denson, 2019).

Teknologi terbaru saat ini adalah video yang menggunakan teknologi 360 *virtual reality*. Teknologi ini menghadirkan ruang digital atau tampilan virtual dengan pergerakan dan perubahan yang dapat diatur (Fox, Arena, Bailenson, 2009). Teknologi ini secara signifikan meningkatkan kesadaran atas situasional dan memperluas daya lihat (Raming, Tulenan, Najoran, 2017). Penggunaan video 360 *virtual reality* dalam sebuah studi dapat menghadirkan situasi yang komprehensif pada suatu fenomena yang ingin diciptakan untuk dialami subjek, seperti perilaku verbal, non verbal, dan interaksi sosial. Selain itu, video 360 *virtual reality* memberikan kemudahan terhadap penggunaannya, seperti merasa menyatu dengan dunia virtual dan dapat berinteraksi dengan objek virtual (Riyadi, Sumarudin, Bunga, Munengsih, 2017; Saurik, Purwanto, Hadikusuma, 2019). *Virtual reality* melakukan simulasi lingkungan dengan bantuan program komputer, stimulasi diberikan baik secara fisik maupun non fisik dengan memanfaatkan indra penglihatan dan pendengaran. Stimulasi yang dilakukan menggunakan alat bantu, seperti layar monitor, alat *virtual reality*, pengeras suara, dan *joystick*. Li, Bailenson,

Pines, Greenleaf, Williams (2017), menemukan bahwa penggunaan video 360 *virtual reality* signifikan dalam menginduksi emosi positif dan negatif terhadap individu. Oleh karena itu, peneliti berasumsi bahwa penggunaan video 360 *virtual reality* sebagai alat metodologis dalam penelitian sangat diperlukan pengembangan lebih lanjut untuk menghasilkan data yang lebih empirik dan representatif terutama di bidang psikologi di Indonesia.

Baiquni dalam Fakhri (2010) menjelaskan bahwa teknologi menurut perspektif Islam adalah himpunan pengetahuan manusia tentang proses-proses pemanfaatan alam. Mutia (2007) menjelaskan bahwa di dalam Al-Qur'an disebutkan garis besar kejadian alam semesta, individu dipacu akalunya untuk menyelidiki segala apa yang ada disekelilingnya. Sebagaimana dengan firman Allah SWT:

اقْرَأْ بِاسْمِ رَبِّكَ الَّذِي خَلَقَ

Artinya: “*Bacalah dengan (menyebut) nama Tuhanmu yang menciptakan.*” (Q.S. Al-‘Alaq (96):1)

وَ عَلَّمْنَاهُ صَنْعَةَ لَبُوسٍ لَكُمْ لِتُحْصِنَكُمْ مِنْ بَأْسِكُمْ فَهَلْ أَنْتُمْ شَاكِرُونَ – ٨٠

Artinya: “*Dan Kami ajarkan (pula) kepada Dawud cara membuat baju besi untukmu, guna melindungi kamu dalam peperangan. Apakah kamu bersyukur (kepada Allah)?*” (Q.S. Al-Anbiya’ (21): 80)

Ayat di atas menjelaskan bahwa ketika individu mempelajari ciptaan Allah SWT, baik yang tersurat (Al-Qur'an) dan yang tersirat (alam semesta). Individu harus mempelajarinya karena Allah SWT, mengharapkan pertolongan-Nya dan ridha-Nya agar mendapatkan ilmu yang bermanfaat bagi manusia. Hal tersebut tersurat dalam kisah Nabi Daud a.s ketika diberikan sebuah karunia oleh Allah SWT membuat sebuah alat pelindung diri dari besi. Pengetahuan dan keterampilan tersebut selanjutnya digunakan oleh umat-umat yang datang kemudian. Hal tersebut mengindikasikan bahwa dengan mempelajari pengetahuan teknologi video 360 *virtual reality* juga termasuk mempelajari ciptaan Allah SWT. Selain itu, perkembangan pengetahuan video 360 *virtual reality* juga memberikan sebuah kemudahan dan manfaat terhadap penggunanya. Individu diharapkan mensyukuri segala nikmat dan karunia yang diberikan Allah SWT.

Berdasarkan uraian diatas, maka peneliti tertarik untuk meneliti induksi emosi bahagia menggunakan video 360 *virtual reality*. Pengetahuan tentang induksi emosi bahagia menggunakan video 360 *virtual reality* tentu akan bermanfaat baik bagi

akademisi dan praktisi. Pengembangan alat ukur menggunakan video 360 *virtual reality* untuk menginduksi emosi bahagia sangat diperlukan, karena sejauh ini belum tersedia alat ukur mengenai induksi emosi menggunakan video 360 *virtual reality* di Indonesia. Penelitian secara sistematis dan valid diperlukan untuk mengembangkan prosedur yang secara tepat mengukur emosi bahagia. Skripsi ini merupakan bagian dari payung penelitian pemanfaatan *virtual reality* dalam studi emosi.

1.2 Pertanyaan Penelitian

- Apakah video 360 dengan media *virtual reality* valid untuk menginduksi emosi bahagia?
- Bagaimana validitas video 360 *virtual reality* untuk menginduksi emosi bahagia menurut tinjauan Islam?

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mendapatkan cara dan alat menginduksi emosi bahagia pada subjek, yaitu dengan menggunakan teknologi video 360 *virtual reality*, serta mengetahui tinjauannya dalam perspektif Islam.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

- Memberikan implikasi yang beragam dalam penelitian emosi, seperti karakteristik emosi bahagia dan karakteristik individu di Indonesia
- Sebagai acuan dalam bahasan Psikologi Kesehatan terutama tentang induksi emosi kebahagiaan menggunakan video *virtual reality* 360 derajat.

1.4.2 Manfaat Praktis

- Bagi praktisi dapat menggunakan video 360 *virtual reality* sebagai alat terapi dalam menginduksi emosi bahagia.
- Bagi peneliti dapat menggunakan video 360 *virtual reality* sebagai alat dalam penelitian menginduksi emosi bahagia.

1.5 Kerangka Berpikir

