

---

## Korelasi Kebutuhan Dengan Ikigai Pada Mahasiswa Program Studi Sastra Jepang Universitas Pakuan

Paramita Winny Hapsari<sup>1)</sup> dan Mugiyanti<sup>1)</sup>

<sup>1)</sup>Universitas Pakuan, Bogor, Indonesia

<sup>\*)</sup>Surel Korespondensi: paramita@unpak.ac.id

Kronologi naskah

Diterima: 15 Januari 2022; Direvisi: 16 Januari 2022; Disetujui: 27 Januari 2022

---

**ABSTRAK:** Penelitian ini membahas mengenai hubungan konsep ikigai atau tujuan hidup dengan teori kebutuhan Abraham Maslow. Seorang psikolog Jepang, Mieko Kamiya menjelaskan bahwa, ikigai adalah suatu semangat yang membuat kita tetap berusaha untuk terus maju ke masa depan, meskipun kita saat ini sedang menderita. Sementara itu pada piramida hirarki kebutuhan oleh Abraham Maslow dijelaskan bahwa pada dasarnya terdapat berbagai macam kebutuhan dalam diri seseorang yang bisa dilihat secara berjenjang. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa aktif Sastra Jepang Universitas Pakuan. Sampel penelitian ini berjumlah 88 orang responden dengan menggunakan simple random sampling melalui kuisioner. Hasil penelitian ini adalah hubungan antar ikigai dan kebutuhan cenderung lemah. Terdapat factor lain di luar kedua variabel tersebut yang menyebabkan mahasiswa tidak bersemangat dalam menjalani kuliah.

**Kata kunci:** mahasiswa, ikigai, kebutuhan, korelasi

---

**ABSTRACT:** This study discusses the relationship between the concept of ikigai with Abraham Maslow's theory of needs. A Japanese psychologist, Mieko Kamiya explains that, ikigai is a spirit that keeps us to move forward into the future, even though we are currently suffering. Meanwhile, in the hierarchy of needs by Abraham Maslow, it is explained that basically there are various kinds of needs in a person that can be seen in stages. The population in this study were active students of Japanese Literature at Pakuan University. The sample of this study amounted to 88 respondents using simple random sampling through questionnaires. The results of this study are the relationship between ikigai and needs tends to be weak. There are other factors outside of these two variables that cause students not to be enthusiastic about going to college.

**Keywords:** *student, ikigai, need, correlation*

---

## PENDAHULUAN

Ikigai merupakan sebuah konsep mengenai tujuan hidup yang banyak diterapkan di Jepang. Seorang Psikolog bernama Mieko Kamiya menjelaskan dalam bukunya *Ikigai-ni-tsuite* (1966) bahwa, ikigai sebagai sebuah kata artinya mirip dengan "kebahagiaan" namun memiliki perbedaan yang cukup signifikan terhadap nuansanya. Ikigai dapat dikatakan sebagai suatu semangat yang membuat kita tetap berusaha untuk terus maju ke masa depan, meskipun kita saat ini sedang menderita. Ikigai juga dapat diartikan sebagai alasan seseorang untuk hidup dan menjalani hidupnya yang diawali dari bangun di pagi hari. Prinsip ikigai membuat orang memiliki hidup yang lebih bermakna, berharga, dan seimbang.

Masyarakat Jepang telah menjalani konsep ikigai tersebut sejak lama. Menurut Akihiro Hasegawa, yang juga adalah seorang psikolog dan profesor di Universitas Toyo Eiwa, konsep Ikigai sudah muncul sejak jaman Heian. Sehingga kata ikigai tersebut seperti sudah menjadi istilah yang sudah biasa digunakan sehari-hari. Kemudian menurut riset yang dilakukan Hasegawa tersebut juga ditemukan bahwa orang Jepang lebih percaya bahwa mengumpulkan kebahagiaan yang kecil dalam kehidupan sehari-harinya akan berdampak pada keseluruhan kehidupannya yang menjadi lebih berarti. Dengan demikian dapat diketahui alasan yang membuat masyarakat Jepang memiliki angka harapan hidup yang tinggi dibandingkan dengan angka harapan hidup negara lainnya.

Semenjak pandemi Covid-19 yang terjadi beberapa tahun belakangan ini, pengajaran terpaksa dilakukan dengan cara daring. Akibatnya terlihat sekali mahasiswa terutama yang berada dalam program studi Sastra Jepang Universitas Pakuan, menjadi kurang bersemangat dalam melakukan pembelajaran daring tersebut. Keinginan melakukan sesuatu maupun semangat hidup menurun sehingga membuat mereka tidak tahu harus melakukan apa ketika bangun di pagi hari.

Padahal alasan seseorang untuk bangun di pagi hari tidak selalu harus merupakan sesuatu hal yang besar. Terkadang dari hal-hal kecil dan sederhana, saja dapat membuat seseorang menemukan makna kebahagiaan. Seseorang yang menerapkan Ikigai dalam kehidupannya akan lebih tahu alasan untuk apa harus bangun pagi, apa yang harus diperjuangkan, bagaimana cara mengaktualisasikan diri dan harapan apa yang dimiliki, serta tahu bagaimana mewujudkannya sehingga tidak hanya sekedar cita-cita saja.

Dalam mencapai tujuan hidup tentunya setiap manusia memiliki kebutuhan. Setiap manusia memiliki minimal, kebutuhan dasar. Manusia diibaratkan sebagai makhluk yang lemah dan terus berkembang. Seiring dengan waktu, kebutuhan akan semakin bertambah dan berkembang. Begitu pula dengan mahasiswa. Kebutuhan dasar yang terpenuhi, sejatinya akan membuat manusia mencapai tujuan hidupnya. Tapi apakah hal tersebut terjadi pula pada mahasiswa program studi Sastra Jepang Universitas Pakuan, apalagi di dalam situasi pandemi seperti ini?

## LANDASAN TEORI

### Teori kebutuhan

Abraham Maslow adalah seorang psikolog yang mencetuskan sebuah teori kebutuhan dasar yang masih digunakan hingga sekarang. Teori kebutuhan Maslow ini menyatakan bahwa perilaku manusia dikendalikan oleh kedua faktor, yakni internal dan eksternal. Ia juga menjelaskan manusia mempunyai kemampuan unik untuk membuat pilihan dan melaksanakan pilihan mereka sendiri. Menurut Maslow, pada dasarnya terdapat berbagai macam kebutuhan dalam diri seseorang yang bisa dilihat secara berjenjang. Teori kebutuhan yang dikembangkan oleh Maslow ini merupakan pendapat yang mengatakan bahwa kebutuhan manusia itu dapat diklasifikasikan pada lima jenjang yaitu:



(Piramida kebutuhan Maslow, sciencerevolution.id)

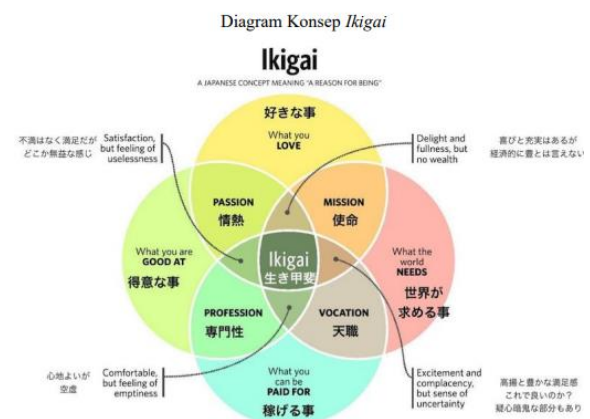
1. Kebutuhan Fisiologis (psychological Needs). Menurut Abraham Maslow kebutuhan fisiologi yang sangat mendasar, dari antara sekian kebutuhan adalah untuk mempertahankan hidupnya secara fisik salah satu contohnya termasuk makanan, air, oksigen, dan suhu tubuh normal.
2. Kebutuhan Keamanan (Safety Needs). Maslow menjelaskan kebutuhan keamanan ini sebaiknya dilihat dalam arti yang lebih luas, tidak hanya keamanan secara fisik namun juga keamanan yang sifatnya psikologis, seperti perlakuan yang adil. Kebutuhan akan rasa aman ini biasanya terpuaskan pada orang-orang yang sehat dan normal.
3. Kebutuhan Cinta, Sayang, Kepemilikan (Social Needs). Dalam hal ini terdiri dari kebutuhan akan kasih sayang dan rasa memiliki. Sebagaimana kita ketahui, manusia adalah makhluk sosial. Sebagai makhluk yang bersosialisasi manusia memiliki berbagai kebutuhan yang berkaitan dengan pengakuan akan keberadaannya. Tak hanya itu, manusia juga membutuhkan penghargaan atas harkat dan martabatnya.
4. Kebutuhan Untuk Dihargai (Self Esteem Needs). Manusia memiliki kebutuhan untuk dihormati sehingga dapat mempunyai harga diri, karena itu manusia perlu mendapatkan pengakuan atas keberadaan dan statusnya oleh manusia yang lainnya. Ketika kebutuhan

ini sudah dicapai maka tingkat percaya diri seseorang tersebut juga akan meningkat dan memiliki harga diri yang tinggi.

5. Kebutuhan Aktualisasi Diri (Self Actualization). Maslow menggambarkan kebutuhan ini sebagai kebutuhan manusia untuk mencapai apa yang ingin dia lakukan. Keinginan tersebut termasuk untuk menjadi yang terbaik. Maslow percaya bahwa dalam diri setiap manusia ada potensi yang masih dapat dikembangkan.

### Ikigai

Menurut Hector Garcia dan Francesc Miralles, pada dasarnya, ikigai adalah irisan dari empat elemen yaitu Passion, Mission, Vocation, dan Profession. Jika empat aspek tersebut digabungkan akan membentuk sebuah diagram sebagai berikut.



Sumber : <https://ameblo.jp/>

Keempat aspek dalam elemen pembentuk ikigai adalah:

1. Mission / Shimei (使命) Misi adalah irisan dari apa yang disukai dengan apa yang dunia butuhkan. Manusia memiliki misi dalam hidupnya yang juga beriringan dengan visi. Contoh, seseorang diundang untuk mengisi pertunjukan musik untuk pihak tertentu, sementara pihak lainnya yang bersebrangan dengan pihak sebelumnya juga meminta hal yang sama. Seseorang

tersebut banyak diminta masyarakat untuk bermusik dengan netral atau seseorang tersebut memosisikan diri untuk netral. Dengan begitu misinya adalah ketidakberpihakan akan suatu pihak.

2. Vocation / Tenshoku (天職) merupakan hal yang muncul ketika manusia melakukan suatu hal untuk kebutuhan banyak orang atau bekerja dan dibayar berdasarkan keahliannya. Contoh, Ketika seseorang diberi tugas atau proyek untuk membuat pertunjukan musik untuk acara amal, maka hal tersebut adalah keahlian yang berguna bagi orang lain.
3. Passion / Jounetsu (情熱) Merupakan hal yang manusia sukai dan ahli dalam melakukannya. Misalnya seseorang memiliki kemampuan untuk membuat musik musik dan mendengarkan musik setiap hari. Lalu ia memutuskan untuk menuangkan ide dalam bentuk lagu atau puisi yang berima. Hal tersebut disebut dengan passion.
4. Profession / Shokugyou (職業) Profesi adalah ketika manusia dapat merasakan kebahagiaan dalam bekerja di bidang yang ia tekuni dengan sepenuh hati. Ketika manusia tersebut menikmatinya, ia dapat menggabungkan kemampuannya dan mendapatkan timbal balik. Timbal baliknya dapat berupa jabatan. Contoh lainnya adalah ketika seseorang membuat karya lagu atau musik, ia akan mendapatkan royalty atau bayaran atas karya yang telah ia buat. Hal tersebut bisa diartikan sebagai, musisi adalah profesinya.

Dalam menemukan Ikigai, yang terpenting adalah menyeimbangkan empat elemen tersebut untuk saling mengisi dalam membentuk sebuah tujuan hidup berkelanjutan. Ikigai ditemukan apabila seorang individu bisa menemukan titik tengah dari keempat hal tadi dalam dirinya.

## HASIL PENELITIAN

### Karakteristik Responden

Sampel penelitian ini berjumlah 88 orang responden yang dianggap relevan untuk mewakili populasi mahasiswa Sastra Jepang Universitas Pakuan. Dalam penelitian ini terdapat responden laki-laki adalah 37 responden, sementara responden perempuan berjumlah 51 responden.

		Jenis Kelamin			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Laki-laki	37	42.0	42.0	42.0
	Perempuan	51	58.0	58.0	100.0
	Total	88	100.0	100.0	

(tabel jenis kelamin: hasil olahan SPSS)

Responden adalah mahasiswa Sastra Jepang Universitas Pakuan yang berasal dari berbagai semester. Di dalam tabel yang terdapat dibawah ini dapat dilihat bahwa responden yang paling banyak mengisi berasal dari semester awal atau semester satu, yaitu sebanyak 43 responden. Sementara responden yang paling sedikit mengisi, berasal dari semester sebelas, hanya ada satu orang. Karena penelitian diadakan pada semester ganjil, maka yang mengisi kuisioner adalah semester tiga, yaitu sebanyak tujuh responden, semester lima terdapat tujuh belas responden dan semester tujuh, yaitu sebanyak dua puluh responden.

		Semester			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1	43	48.9	48.9	48.9
	3	7	8.0	8.0	56.8
	5	17	19.3	19.3	76.1
	7	20	22.7	22.7	98.9
	11	1	1.1	1.1	100.0
	Total	88	100.0	100.0	

(tabel semester: hasil olahan SPSS)

Sementara untuk tingkatan usia responden, peneliti membaginya dalam lima kategori. Dari hasil kuisioner yang diisi oleh responden, mayoritas usia responden adalah 18-20th dengan jumlah responden adalah 54 (61,4%) hal ini bisa disebabkan karena responden mayoritas berasal dari semester satu. Kemudian, peringkat kedua adalah kelompok usia 21-23th dimana jumlah respondennya adalah 26 responden atau sekitar 29,5% dari keseluruhan responden.

### Uji Validitas dan Reliabilitas

Sebelum dilakukan analisis data dan turun lapangan, kuisioner diuji validitas dan reliabilitasnya terlebih dahulu. Validitas dihitung menggunakan teknik korelasi Product moment angka kasar. Kriteria yang digunakan atau batas minimum suatu instrumen untuk dinyatakan valid atau dianggap memenuhi syarat ada beberapa cara antara lain:

- Apabila nilai  $r$  hitung lebih besar atau sama 0,2096 dinyatakan valid
- Apabila nilai  $r$  hitung lebih kecil dari 0,2096 maka item dinyatakan tidak valid.

Dari 35 butir pernyataan dalam kuisioner variable X terdapat 3 pernyataan yang tidak valid. Pertanyaan pada x12, x19 dan x22 memiliki nilai pearson corellation yang kurang dari  $r$  tabel (0,2096) dan memiliki nilai signufikansi yang melebihi 0,05. Pada 28 butir pernyataan dalam kuisioner variable Y terdapat 1 pernyataan yang tidak valid yaitu pada y12. hal ini dikarenakan nilai  $r$  hitungnya (0,201) lebih kecil dari nilai  $r$  tabel (0,2096). Kemudian memiliki nilai signifikansi yang lebih dari 0,05. Pernyataan-pernyataan yang tidak valid tersebut, akan dihilangkan dalam uji reliabilitas.

#### Reliability Statistics Variabel X

Cronbach's Alpha	N of Items
.879	32

(Hasil uji reliabilitas variabel x: hasil olahan SPSS)

#### Reliability Statistics Variabel Y

Cronbach's Alpha	N of Items
.892	27

(Hasil uji reliabilitas variabel y: hasil olahan SPSS)

Dalam pengujian reliabilitas, peneliti menggunakan alpha Cronbach. Kriteria keputusan dalam pengujian ini adalah: Apabila nilai cronbach alpha  $>$  0,6 maka instrumen penelitian dinyatakan reliabel. Pengujian reliabilitas terhadap variable X dan Y yang terdapat pada table di atas menunjukkan bahwa nilai alpha Cronbach melebihi 0,6. Pada variabel X adalah 0,879 dan pada variabel Y adalah 0,892. Sehingga dapat dikatakan bahwa keduanya bersifat reliabel, yang berarti terdapat kesamaan data dalam waktu yang berbeda dan data yang dihasilkan adalah akurat.

### Analisis

Metode Analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode analisis bivariat. Jenis analisis bivariat yang dilakukan dalam penelitian ini adalah korelasi. Analisis korelasi merupakan analisis yang digunakan untuk mengetahui hubungan antara dua variabel. Dengan analisis korelasi, peneliti dapat mengetahui apakah dua variabel memiliki hubungan yang positif ataupun negatif. Penting untuk diingat bahwa korelasi hanyalah analisis bivariat yang menjelaskan seberapa kuat

hubungan antara dua variabel saja. Variabel bebas (X) dalam penelitian ini adalah kebutuhan, sementara variabel terikat (Y) dalam penelitian ini adalah Ikigai. Hasil penghitungan korelasi dalam penelitian ini dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

		Kebutuhan	Ikigai
Kebutuhan	Pearson Correlation	1	.397**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	88	88
Ikigai	Pearson Correlation	.397**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	88	88

(Tabel korelasi: Hasil olahan SPSS)

Hasil uji korelasi pada variable kebutuhan (X) dan variable ikigai (Y) menunjukkan bahwa Nilai Signifikansi (2-tailed)nya adalah  $< 0,05$  yaitu 0,000, hal ini dapat diartikan bahwa telah terjadi korelasi yang signifikan antara variabel kebutuhan (X) dan variabel ikigai (Y).

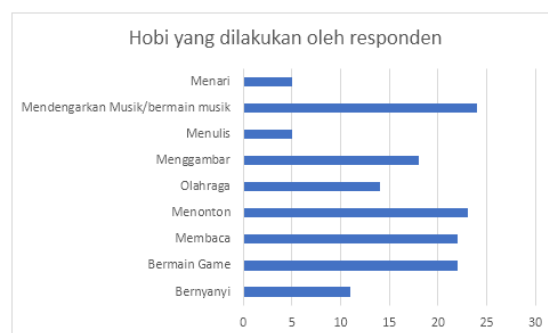
Kemudian karena angka yang dihasilkan dalam akhir penghitungan Pearson Correlationnya adalah angka yang positif, yaitu 0,397, maka dapat dikatakan bahwa korelasi atau hubungan yang terjadi antara variabel kebutuhan (X) dan variabel ikigai (Y) bersifat positif. Artinya, diantara keduanya memiliki hubungan yang positif, dimana keduanya saling mempengaruhi satu sama lain.

Keeratan korelasi atau kekuatan hubungan antara variable kebutuhan (X) dan variabel ikigai (Y) bersifat lemah. Hal ini dapat dilihat dari hasil akhir pada nilai pearson corellationnya 0.397 (dimana jika dilihat dari nilai koefisien 0,2 sampai dengan  $< 0,4$  dapat dikatakan lemah). Sehingga hipotesis H1 terbukti bahwa ada hubungan antara kebutuhan

mahasiswa dengan pencapaian ikigainya, walaupun hubungannya cenderung lemah.

### Temuan

Dalam kuisisioner, peneliti mencantumkan pertanyaan dengan jawaban bebas untuk masing-masing variable. Pada Variabel X yang berhubungan dengan kebutuhan, peneliti menanyakan pada responden mengenai kebutuhan mereka akan hobi. Hobi sangat dibutuhkan untuk memecahkan kejenuhan, apalagi di masa pandemic seperti saat ini. Berikut adalah hasil rekap dari hobi yang mereka lakukan di dalam waktu senggangnya:



(Tabel hobi: hasil olahan peneliti)

Berikutnya di dalam variabel Y, peneliti menyisipkan sebuah pertanyaan dengan jawaban bebas. Pertanyaannya adalah “Apa yang Anda kuasai?”. Dari 88 Responden yang mengisi pernyataan terbuka ini, terdapat 17 responden yang menjawab tidak mengetahui apa yang mereka kuasai ataupun kurang percaya diri dengan kemampuannya. Sementara 71 responden lainnya menjawab dengan sangat percaya diri mengenai hal-hal yang mereka kuasai. Banyak diantara mereka yang merasa percaya diri dengan kemampuan bersosialisasi dan interaksinya dengan orang lain, merasa memiliki kemampuan berbahasa asing dan merasa memiliki kemampuan menguasai perangkat lunak terkini yang mungkin dibutuhkan pada saat mencari kerja. Adapula yang percaya diri menguasai hal-hal yang bersifat domestic, seperti memasak, bersih-

bersih, mencuci dan merawat hewan. Sebagian lagi merasa menguasai hobinya.

Dari dua pertanyaan bebas yang dicantumkan dalam kuisioner ini, ditemukan bahwa hobi yang dimiliki oleh seseorang bisa jadi merupakan hal yang dia kuasai sehingga di suatu saat bisa jadi, ia dapat berpenghasilan dari hobinya tersebut.

### SIMPULAN

Dari hasil penelitian yang telah dilaksanakan oleh peneliti, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang cenderung lemah antara kebutuhan mahasiswa dengan pencapaian ikigainya. Hal ini berarti jika kebutuhan mahasiswa terpenuhi maka ia dapat mencapai ikigai atau tujuan hidupnya, namun hubungannya tidak terlalu kuat. Bisa jadi, terdapat faktor-faktor lain yang dapat membantu mahasiswa untuk mencapai ikigainya agar semangat kuliah di era yang serba daring sekarang ini. Faktor-faktor tersebut mungkin akan menjadi ide penelitian selanjutnya. Pada temuan penelitian terdapat korelasi atau hubungan antara hobi yang mereka sukai dengan hal yang mereka kuasai. Dalam hal ini mengenai hobi yang mereka sukai, yang kemudian mereka anggap sebagai hal yang sudah mereka kuasai.

Berdasarkan hasil penelitian ini, peneliti merasa perlu adanya wadah penunjang bagi mahasiswa untuk mengembangkan hal yang disukainya disamping mengasah nilai akademisnya. Jika dilihat dari tabel hobi yang ada dalam penelitian ini, lebih banyak mahasiswa yang menyukai music, sementara klub dalam himpunan mahasiswa Sastra Jepang Universitas Pakuan belum ada yang menaungi hal tersebut.

### REFERENSI

- Gracia, Hector. 2016. *Ikigai: Rahasia Hidup Panjang Umur Orang Jepang*. Jakarta: Renebook
- Inoue, Katsuya (2000). *Psychology of Aging*. Chuo Hoki Shuppan. pp. 80–99, 144–145.
- Maslow, A. H. 1954. *Motivation and personality*. Harpers.
- Mieko, Kamiya. 1966. *On the Meaning of Life (ikigai ni tsuite)* Misuzu Shobo, Japan.
- Mitsubishi, Yukari. 2018. *Ikigai: The Japanese Art of a Meaningful Life*. United Kingdom; Kyle Books.
- Mogi, Ken. 2017. *The little book of ikigai the essential Japanese way to finding your purpose in life*. Great Britain quercus editions Ltd.
- Sondang, P.Siagian. 1995, *Teori Motivasi dan Aplikasinya*, Jakarta: Rineka Cipta
- Takahashi, Sosuke. 2020. *Ikigai: The Japanese Life Philosophy to Finding Happiness and Peacefulness*. USA: Kindle
- Tamashiro, Tim. 2019. *How to Ikigai: Lessons for Finding Happiness and Living Your Life's Purpose*. USA: Mango Media
- Wahid, Vita. 2021. *My Ikigai Journey*, Jakarta