

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Setiap orang berhak hidup sejahtera. Kehidupan sejahtera didapatkan ketika merasa aman dan bahagia karena kebutuhan dasar akan gizi, kesehatan, pendidikan, tempat tinggal, dan pendapatan dapat terpenuhi. Juga akan merasa sejahtera ketika memperoleh perlindungan dari beragam risiko utama yang mengancam kehidupannya (Midgley, 2007). Manusia dipandang sebagai pribadi yang utuh dilihat dari berbagai aspek, meliputi fisik, emosi, intelektual, sosial, dan spiritual, termasuk persepsinya tentang sifat dan potensi yang dimilikinya, interaksi individu dengan sesama maupun lingkungannya, nilai-nilai yang berkaitan dengan pengalaman dan objek, serta tujuan, harapan, dan keinginannya (Sunaryo, 2013). Kesejahteraan hidup akan dicapai jika seluruh fungsi fisik dan psikologis bekerja secara optimal dalam diri manusia (Suharto, 2009).

Ada dua pendekatan mengenai kesejahteraan yaitu pendekatan *hedonic* dan *eudaimonic* (Seligman, 2014). Menurut pendekatan *hedonic*, kesejahteraan terbentuk atas kebahagiaan subjektif dan berpusat pada pengalaman menyenangkan yang terjadi dalam hidup seseorang. Konsep yang biasanya dipakai dari pandangan ini adalah konsep kesejahteraan subjektif. Pendekatan *eudaimonic* percaya bahwa kesejahteraan diperoleh jika seseorang dapat mengisi hidupnya dengan hal-hal yang bermakna, bertujuan, serta dapat mencapai potensi dirinya. Konsep yang banyak dipakai pada penelitian ini adalah konsep kesejahteraan

psikologis. Kesejahteraan psikologis sangat penting untuk mengembangkan potensi manusia karena bertujuan untuk mencapai aktualisasi diri dan untuk mencapai kesejahteraan serta kepuasan hidup (Wells, 2010).

Kesejahteraan psikologis adalah sebuah kondisi di mana seseorang memiliki persepsi yang kaya akan pengalamannya serta berhasil mengelola tantangan dan kesulitan yang dihadapinya (Wells, 2010). Kesejahteraan Psikologis merupakan hal yang penting untuk diperhatikan, termasuk pada remaja. Kesejahteraan psikologis merupakan aspek penting yang perlu ditumbuhkan dalam setiap orang untuk menghadapi tanggung jawab dan mencapai potensinya secara maksimal. Kesejahteraan psikologis ditandai ketika seseorang merasa bahagia dan puas, serta tidak mengalami tanda-tanda depresi (Ryff, 2015). Menurut Ryff, (2015) kebahagiaan merupakan hasil dari kesejahteraan psikologis dan merupakan tujuan tertinggi yang ingin dicapai oleh setiap manusia.

Isu yang terkait *well-being* menjadi kajian kebijakan yang berkembang di negara maju beberapa tahun terakhir (Samman, 2007). Organisasi dunia seperti PBB, OECD (*Organization for Economic Co-operation and Development*), NESC (*The National Economic and Social Council*) serta EU (*European Union*) memandang *well-being* sebagai investasi masa depan yang dapat dijadikan bahan untuk mengevaluasi berbagai kebijakan di negara maju seperti Kanada dan Eropa.

Perkembangan *well-being* dapat dipantau secara sistematis karena *well-being* terkait dengan kebahagiaan, kenikmatan hidup dan kepuasan hidup (Diaz, 2007). Salah satu bentuk *well-being* yang sesuai dengan perkembangan remaja adalah kesejahteraan psikologis. Jika memiliki kesejahteraan psikologis, remaja

akan memiliki emosi positif, merasa lebih puas dalam hidup, merasa bahagia, serta memiliki kecenderungan kecil untuk merasa depresi dan berperilaku buruk (Akhtar, 2010).

Masa remaja yang berlangsung di usia 11 sampai 20 tahun merupakan masa peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa (Santrock, 2008). Masa ini merupakan masa yang kritis karena melibatkan fungsi fisik, mental, dan psikologis. Pada masa ini, mereka cenderung masih labil dalam bertindak dan sangat mudah mengalami perubahan emosi. Emosi-emosi yang dialami pada masa remaja ini mengakibatkan remaja sangat rentan terhadap depresi (Santrock, 2008).

Remaja merupakan aset penting untuk kemajuan Negara. Maka dari itu, seorang remaja diharapkan dapat melakukan berbagai hal positif di usia remajanya sebagai bentuk persiapan untuk menjadi orang dewasa yang mandiri. Untuk mendukung perkembangan remaja sesuai dengan tahap perkembangannya, maka remaja diharapkan mempunyai kesejahteraan psikologis yang tinggi, agar remaja bisa menjadi generasi muda yang kuat, handal dan bermanfaat bagi banyak orang.

Masih banyak remaja yang mempunyai kesejahteraan psikologis rendah. Hal tersebut tercermin dari beberapa bentuk masalah remaja di Indonesia yaitu penggunaan narkoba, rokok dan tindakan kriminalitas lainnya. Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) mencatat dari 87 juta populasi anak di Indonesia, sebanyak 5,9 juta di antaranya menjadi pecandu narkoba. Komisioner Bidang Kesehatan KPAI, Sitti Hikmawatty dalam konferensi pers di Gedung KPAI, Menteng, Jakarta Pusat, Selasa (6/3/2018) menyebutkan KPAI menangani 2.218 kasus terkait masalah kesehatan dan napza yang menimpa anak-anak.

Sebanyak 15,69 persen diantaranya kasus anak pecandu narkoba dan 8,1 persen kasus anak sebagai pengedar narkoba.

Tidak hanya masalah penggunaan narkoba pada remaja, masalah kriminalitas juga banyak terjadi pada remaja. KPAI mencatat dalam kurun Januari–Oktober 2017, terdapat 320 anak remaja terpapar aktivitas kriminalitas. Penyebab paparan itu yakni karena anak-anak tidak mendapat perhatian cukup dari orangtua. Hal itu kemudian menjadi gerbang kenakalan remaja. Mencegah potensi itu, orangtua harus memperbaiki pola komunikasi kepada anak. Tahun 2018, KPAI juga mencatat bahwa kasus Anak berhadapan hukum (ABH) menduduki peringkat pengaduan tertinggi. Dari 1885 pengaduan yang masuk, 504 diantaranya (27% dari total kasus) merupakan kasus ABH, kemudian disusul oleh kasus keluarga dan pengasuhan alternatif (324 kasus), pornografi dan cyber crime (255 kasus), kesehatan dan napza (162 kasus), pendidikan (161 kasus), trafficking dan eksploitasi (144 kasus), sosial dan anak dalam situasi darurat (119 kasus), agama dan budaya (105 kasus), hak sipil dan partisipasi (79 kasus), kasus perlindungan anak lainnya (32 kasus).

Menurut catatan KPAI, anak sebagai pelaku kekerasan seksual masih menjadi kasus tertinggi, yang diikuti dengan kasus anak sebagai pelaku kekerasan fisik, dan anak sebagai pelaku pembunuhan. Psikolog Anak dan Remaja, Irma Gustiana A, M.Psi, Psi. menyampaikan bahwa ada berbagai macam faktor penyebab ABH. Salah satunya adalah kurangnya kasih sayang orangtua terhadap anak. Selain itu, Irma juga menjelaskan bahwa lingkungan sosial juga memengaruhi perilaku anak. Seorang anak bisa menjadi pelaku kriminal untuk mendapatkan pengakuan dari teman-teman sebayanya.

Ada beberapa tipe hubungan sosial pada remaja yang terkait dengan fenomena narkoba dan tindakan kriminalitas pada remaja, yaitu keluarga yang tidak stabil dan tidak bahagia. Kurangnya dukungan emosional, terlalu tingginya kendali orang tua, serta terlalu berlebihannya tuntutan untuk berprestasi dari orangtua pada masa kanak-kanak menjadi penyebab depresi, yang berdampak pada rendahnya hubungan pertemanan yang saling mendukung pada remaja (Santrock, 2008).

Gambaran perilaku kesejahteraan psikologis pada siswa SMA Masehi Kudus diperoleh berdasarkan data dokumentasi Bu Liza selaku guru Bimbingan Konseling sekolah tersebut, yang dilaksanakan pada hari Rabu, tanggal 31 Oktober 2018. Data dokumentasi pertama adalah seorang siswi yang cenderung menarik diri, kurang memiliki hubungan positif dengan orang lain, serta kurang memiliki penerimaan diri. Dia merupakan korban dari keluarga *broken home* dan tinggal bersama dengan kakek dan neneknya.

Data kedua adalah seorang laki-laki yang sering membantu orang tuanya bekerja. Ia seorang siswa yang pendiam dan menarik diri, serta memiliki semangat belajar yang rendah. Kedua orangtuanya masih utuh, tetapi bapaknya mengalami sakit *stroke* sehingga yang bekerja membanting tulang hanyalah ibunya. Data ketiga adalah seorang laki-laki yang menarik diri, pendiam, serta sering sedih dan murung di sekolah. Jika guru bertanya padanya, ia hanya diam dan tidak memberi respon. Ia kurang bersosialisasi, akibatnya ia tidak memiliki teman. Ia tinggal dengan kakek dan neneknya karena merupakan korban dari keluarga *broken home*.

Ketiga data tersebut menggambarkan rendahnya kesejahteraan psikologis dalam dimensi penerimaan diri, hubungan yang positif dengan orang

lain, tujuan hidup, kemandirian, serta penguasaan lingkungan. Dari wawancara diatas dapat diperoleh gambaran kesejahteraan psikologis pada beberapa siswa SMA Masehi Kudus.

Keluarga merupakan suatu sistem yang terbentuk oleh beberapa bagian yang saling berhubungan dan berinteraksi (Santrock, 2008). Peran keluarga sangatlah penting dalam perkembangan remaja untuk memenuhi fungsi komunikasi, ekspresi emosional, serta hubungan antara orang tua dengan anak, yang merupakan faktor perlindungan yang penting dalam tahap perkembangan remaja (Shek, 2013). Remaja memerlukan kedekatan dengan orang tua untuk mencapai kesehatan fisik, kecukupan harga diri, dan penyesuaian emosional (Santrock, 2008). Remaja yang memiliki hubungan dekat dengan orang tuanya akan mampu mengambil keputusan, mengembangkan identitasnya, serta memiliki kemungkinan lebih rendah untuk memiliki gangguan atau masalah perilaku (Santrock, 2008). Shek (2013) menemukan bahwa beberapa remaja Tionghoa di Hongkong mengonsumsi narkoba akibat dari tidak berfungsinya keluarga karena kondisi keluarga yang tidak stabil, pendapatan yang rendah, jam kerja anggota keluarga yang panjang, dan komunikasi yang buruk / tidak efektif.

Dalam penelitian tentang faktor-faktor psikososial yang berpengaruh pada kenakalan remaja, keberfungsian keluarga termasuk salah satu faktor yang menjadi penyebab kenakalan remaja. Kenakalan remaja dapat disebabkan oleh keadaan keluarga yang tak utuh atau tidak sehat. Remaja masih membutuhkan kontrol dari tiap orang tuanya disamping kebebasan yang mereka inginkan. Kontrol orang tua diperlukan sebagai batasan dalam berperilaku. Apabila orang tua tidak terlibat dalam tahap perkembangannya, remaja akan merasa semakin tidak membutuhkan orang tua (Latipun, 2011).

Dalam hubungannya dengan keluarga, banyak penelitian mengangkat topik tentang *well-being*. Sebuah penelitian di Malaysia mengungkap bahwa *parenting skill* dan *family functioning* memiliki pengaruh yang signifikan terhadap *psychological well-being* subjek. *Psychological well-being* yang baik terbentuk ketika seseorang mengalami peristiwa yang menyenangkan. Keberfungsian keluarga menjadi faktor yang sangat penting untuk memengaruhi kesejahteraan psikologis anak agar merasa bahagia sepanjang waktu (Hassan, Yusoof, & Alavi, 2012).

Penelitian lainnya tentang kesejahteraan psikologis dilakukan di Indonesia mengenai pengaruh perbedaan agama orang tua dengan kesejahteraan psikologis dan komitmen beragama anak. Hasil penelitian mengungkapkan bahwa *well-being* anak tidak dipengaruhi oleh kondisi orang tua yang berbeda agama. Peneliti menduga subjek dapat melewati tiap kondisi negatif dalam hidupnya dengan baik sehingga *well-being* mereka tidak berbeda dengan anak-anak yang memiliki orang tua seagama. Sebagian anak yang memiliki orang tua yang berbeda agama mungkin mengalami pengalaman hidup negatif semasa memilih agama. Akan tetapi, dengan kepribadian yang stabil, serta dengan adanya Hubungan sosial dan sistem nilai, mereka berhasil melewati pengalaman negatif tersebut (Takwin, 2007).

Hasil penelitian Romer dan Stanescu (2011) menunjukkan bahwa *family function* memengaruhi *psychological well-being* seseorang. *Family function* memberikan respon afektif yang meliputi perasaan saling terbuka dalam keluarga, komunikasi dan tugas yang disesuaikan dengan struktur keluarga, serta penerimaan peran, tugas, dan tanggung jawab anggota keluarga. Hal tersebut memengaruhi individu untuk mampu bertahan dalam menghadapi

tantangan tugas perkembangan hingga terbentuk *psychological well-being* individu.

Kebutuhan remaja akan keberadaan dan perhatian orang tua dapat menjadi salah satu penentu kondisi *well-being* seorang anak. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada hubungan antara keberfungsian keluarga dengan kesejahteraan psikologis pada remaja.

1.2. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara keberfungsian keluarga dengan kesejahteraan psikologis pada siswa SMA Masehi Kudus.

1.3. Manfaat Penelitian

1.3.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan atau kontribusi teoritis pada ilmu psikologi sosial dan psikologi pendidikan.

1.3.2 Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi dan memberi informasi pada siswa mengenai hubungan antara keberfungsian keluarga dengan kesejahteraan psikologis pada remaja.