

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Remaja menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia adalah muda atau mulai dewasa. Tahap umur setelah masa kanak-kanak yang ditandai dengan pertumbuhan cepat yang terjadi pada tubuh luar dan dalam. Menurut Jannah, (2016) usia remaja ialah usia yang sangat krusial dalam kehidupan seseorang, transisi dari masa kanak-kanak menuju ke masa remaja dan selanjutnya menentukan kematangan usia dewasa. Pada masa remaja umumnya sedang menempuh pendidikan di tingkat Sekolah Menengah Pertama (SMP) dan Sekolah Menengah Atas (SMA) atau awal perguruan tinggi.

Masa remaja menggambarkan salah satu proses perkembangan individu. Menurut Hurlock (Fitri, Zola, & Ildil, 2018) masa remaja merupakan bagian dari perkembangan seseorang yang mencakup kematangan mental, emosional, sosial, fisik, dan transisi dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa. Menurut WHO remaja ialah mereka yang berusia 12 sampai 24 tahun. Sementara menurut Peraturan Menteri Kesehatan RI tahun 2014, remaja ialah penduduk dalam rentan usia 10 hingga 18 tahun. Papalia (2004) masa remaja terjadi pada saat seseorang berusia 11 – 20 tahun.

Santrock (2007) mengutarakan bahwa masa remaja dibedakan menjadi dua periode, yaitu periode awal dan periode akhir. Rentang usia remaja bermula dari sekitar usia 10 sampai 13 tahun dan berkesudahan pada sekitar usia 18 sampai 22 tahun. Menurut Papalia, Feldman dan Martorell (2014) masa remaja merupakan masa perkembangan yang terjadi dalam usia 11 sampai dengan usia

19 atau 20 tahun dan yang melibatkan perubahan fisik, kognitif, emosional dan sosial dengan beragam latar belakang sosial, budaya dan ekonomi yang berbeda.

Remaja merupakan tahapan peralihan dari masa anak-anak dari usia 11 tahun menuju masa dewasa, yaitu ketika seseorang menginjak usia 19 tahun. Peralihan tersebut ditandai dengan berbagai perubahan dalam aspek fisik, sosial, dan psikologis. Selain itu, menurut Syamsu (dalam Yanizon, 2016) untuk memenuhi tugas perkembangan sebagai remaja, seseorang harus mampu mencapai kemandirian emosional, mampu mengembangkan komunikasi interpersonal, belajar bergaul dengan teman sebaya, memiliki tanggung jawab sosial, dan memiliki pengendalian diri yang baik. Perubahan tersebut terjadi karena remaja berupaya untuk menemukan jati diri dan identitas mereka.

Perilaku remaja yang senang untuk melakukan hal-hal yang baru dapat memberikan sikap yang positif dan juga negatif. Remaja bisa menemukan bakat dan minat serta kegemaran mereka dan dapat mengenali diri mereka lebih dalam lagi. Tidak sedikit dari remaja yang mencoba hal-hal negatif seperti menggunakan obat-obatan terlarang dan minuman keras. Berita yang dikutip dari liputan6.com (Flora, 2018) sejumlah remaja kedapatan meminum air rebusan pembalut sebagai pengganti narkoba. Berita lainnya mengungkapkan bahwa segerombolan pelajar membolos sekolah untuk berpesta minuman keras (Indrawan, 2015).

Peneliti melakukan kunjungan di SMK As-Syarif Kabupaten Grobogan pada bulan Mei 2019. Siswa dan siswi SMK yang berusia 15-19 tahun masih tergolong dalam masa remaja. Masa remaja yang identik dengan pencarian jati diri dan banyak untuk mencoba hal-hal yang baru menyebabkan remaja salah untuk menentukan pilihannya. Hasil wawancara yang dilakukan dengan 5 orang subjek,

4 diantaranya mengakui bahwa pernah membolos sekolah dikarenakan malas untuk pergi ke sekolah. Subjek pertama, FE berusia 18 tahun bercerita bahwa dirinya selain sekolah ia juga bekerja. Alasan FE bekerja karena ia ingin mempunyai uang jajan yang berlebih. FE merasa bangga dan puas terhadap dirinya sendiri jika mendapatkan sesuatu hasil dari usahanya sendiri, sedangkan ayah FE sudah meninggal dan ibu bekerja di luar negeri. FE kerap bekerja hingga pagi buta yang membuat ia kelelahan dan memutuskan untuk membolos sekolah. Alasan lain yang membuat FE membolos sekolah ialah FE beranggapan bahwa sekolah atau tidak sekolah hidup FE akan seperti itu saja, tidak ada perubahan. FE merasa hidupnya akan tetap sama dan tidak arah tujuan hidupnya akan dibawa kemana. Tidak adanya arah dan tujuan dari FE menunjukkan bahwa dia memiliki dimensi tujuan hidup pada *psychological well-being* yang rendah.

Subjek kedua yang berusia 17 tahun, RP memberi tahu kepada peneliti bahwa dirinya pernah mencoba meminum minuman keras dan merokok. RP terbawa arus di lingkungannya melakukan hal tersebut karena dirinya penasaran dan ada dorongan dalam dirinya untuk mencoba dikarenakan sering melihat orang yang lebih tua darinya seperti menikmati hal tersebut. Adanya pengaruh lingkungan buruk yang menggiring RP menjadi remaja yang menunjukkan *psychological well being* yang rendah karena RP tidak mampu untuk menguasai dirinya dari lingkungan sekitar. Dirinya merasa saat merokok dan meminum minuman keras masalah-masalah yang ia hadapi sementara menghilang dan tidak dipikirkannya. Hingga saat ini RP tidak bisa terlepas dari rokok. Kedua orangtua RP mengetahui jika RP merokok, namun orangtua RP tidak tinggal di rumah dan RP juga kerap merasa mudah bosan dan tidak begitu tertarik dengan kegiatan-kegiatan yang lainnya.

SD siswi yang berusia 17 tahun bercerita kepada peneliti bahwa dirinya bergabung dengan anak *punk* dan hidup di jalanan. Selama 3 tahun kebelakang ini SD bergabung kedalam kumpulan anak *punk*. Ia mengaku dapat tinggal di jalanan selama seminggu dan pergi ke beberapa kota. Awalnya SD ikut bergabung dengan anak *punk* hanya iseng dan sesekali, karena ia merasa jikalau hanya sekolah saja hanya membosankan dan keluarga yang tidak begitu perhatian dengan dirinya. Jika SD dapat mengenali dan mengembangkan bakat yang ada di dalam dirinya, bisa saja SD menjadi remaja yang berprestasi.

Subjek ke-empat dengan inisial FR dengan usia 16 tahun mengaku kerap meminta uang dengan cara memaksa kepada orang lain yang dianggap lebih lemah dari dirinya. FR juga pernah mengajak teman-temannya untuk bergelut dengan kelompok lain karena merasa dicurangi saat bermain bola. Tidak hanya sekali saja FR mengajak teman-temannya untuk baku hantam dengan kelompok lain. Hanya karena satu hal dan FR merasa tidak senang atau kecewa, ia langsung melampiaskannya dengan memanfaatkan teman-temannya. Jika ada sesuatu hal yang dirasa FR tidak sesuai dengan apa yang dikehendakinya, ia bisa saja mengeluarkan amarahnya dan melampiaskannya. Pada dimensi *psychological well-being* individu yang tidak memiliki hubungan yang hangat mencirikan individu dengan *psychological well being* yang rendah. Seperti halnya pada FR, ia tidak bersedia berkompromi dan juga tidak memiliki hubungan yang hangat dengan orang lain.

Subjek ke-lima RA berusia 17 tahun, ia mengaku sering membolos sekolah untuk berkumpul bersama teman-temannya. RA berangkat pagi seperti ke sekolah dan memakai seragam namun tidak sampai sekolah, ia mampir ke warung kopi

atau tempat bermain game. Alasan RA melakukan itu dikarenakan ia malas berangkat sekolah dan menerima ajakan dari teman-temannya, namun jika RA tidak berangkat sekolah dan hanya berdiam dirumah, ia akan dimarahi oleh orang tuanya. RA selalu menuruti apa yang dikatakan oleh teman-temannya, kurangnya keberanian RA untuk mengambil keputusan dan juga selalu bergantung kepada teman-temannya.

Hasil dari wawancara yang dilakukan peneliti, dapat diambil kesimpulan sementara bahwa subjek-subjek masih belum bisa untuk mengontrol dan bertanggung jawab dengan dirinya sendiri. Para subjek mencirikan *psychological well-being* yang rendah, seperti tidak mempunyai arah dan tujuan dalam hidupnya, tidak adanya kemauan untuk mengembangkan bakat dan minat yang dimiliki serta sulit mengambil keputusan dan bergantung pada orang lain.

(Karademas, 2007) *psychological well being* yang positif didefinisikan sebagai reaksi kognitif dan juga afektif terhadap persepsi karakteristik dan pengembangan pribadi yang memadai, interaksi yang efisien dengan dunia dan integrasi sosial, dan kemajuan yang baik seiring dengan berjalannya waktu. Sedangkan *psychological well being* yang negatif dijabarkan sebagai respon yang kurang baik pada aspek kognitif dan afektif terhadap integrasi sosial dan tidak ada kemajuan pada persepsi dan pengembangan pribadi.

Lebih lanjut, Karademas (2007) menjelaskan bahwa *positive psychological well being* mencakup beberapa komponen seperti kepuasan hidup, energi yang positif, dan suasana hati yang baik. Sedangkan *psychological well being* yang negatif mencakup komponen-komponen yang berkebalikan dengan *psychological well being* yang positif seperti, kesusahan dan suasana hati yang negatif,

kecemasan yang berlebih, sulit berkonsentrasi, dan *hyperarousal*.

Psychological well-being perlu diperhatikan agar remaja bisa bertindak dan berkembang sesuai dengan *mental-age* nya. Semakin baik *psychological well-being* seorang remaja semakin memberikan dampak positif kepada dirinya. Sifat remaja yang masih dipengaruhi oleh lingkungan membuat remaja tidak bisa lepas dari kehidupan sosialnya.

Pluess (Karimah & NRH, 2016) menyebutkan bahwa *psychological wellbeing* berpusat pada kesehatan mental individu yang didapatkan melalui penemuan makna hidup, kesehatan, emosi positif, penilaian terhadap hidup dan kapabilitas untuk menjalani hidup dengan baik. Menurut Ryff (1989), *psychological well-being* merupakan istilah yang digunakan untuk menggambarkan kesehatan psikologis individu berdasarkan pemenuhan kriteria fungsi psikologi positif (*positive psychological functioning*). Kurang atau tidaknya sebuah perhatian dan kasih sayang yang diterima oleh seorang remaja serta jelas atau tidaknya status diri mereka merupakan pengalaman hidup yang akan memengaruhi hasil evaluasi atau penilaian remaja terhadap dirinya. Hasil dari evaluasi dan pengalaman inilah yang disebut dengan *psychological well-being*.

Menurut Prabowo (2016) *psychological well-being* adalah sebuah kemampuan seseorang untuk menerima dirinya dengan apa adanya, mampu membentuk hubungan yang hangat dengan orang lain, memiliki kemandirian terhadap tekanan sosial yang dihadapi, mampu untuk mengontrol lingkungan eksternal, memiliki arti dalam hidup, dan mampu merealisasikan potensi yang dirinya miliki secara berkelanjutan. Pernyataan di atas sesuai dengan pernyataan Hurlock (Prabowo, 2016) yang secara lebih spesifik menjelaskan bahwa

psychological well-being merupakan suatu keadaan dimana seseorang terpenuhi tiga kebahagiaan, yaitu kebahagiaan penerimaan (*acceptance*), kebahagiaan kasih sayang (*affection*), dan kebahagiaan penghargaan (*achievement*). Ketiga kebahagiaan tersebut dapat dicapai apabila seorang anak atau remaja mampu menjalankan tugas dan fungsinya secara optimal.

Psychological well-being sendiri dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor. Faktor-faktor tersebut diantaranya perbedaan usia, jenis kelamin, status sosial ekonomi, dukungan sosial, religiusitas dan kepribadian (Kartikasari, 2013). Ryff (2014) mengemukakan faktor-faktor yang memengaruhi inti dari *psychological well-being*, antara lain: (a) Faktor demografis, faktor-faktor demografis yang memengaruhi *psychological well-being* adalah usia, jenis kelamin, status sosial ekonomi, dan budaya; (b) Dukungan sosial, dukungan sosial diartikan sebagai pertolongan, perhatian, dan penghargaan, yang dipersepsikan oleh seorang individu yang didapatkan dari berbagai sumber eksternal; (c) Evaluasi terhadap pengalaman hidup, pengalaman hidup mencakup berbagai bidang kehidupan dalam berbagai periode kehidupan. Evaluasi individu terhadap pengalaman hidupnya memiliki pengalaman yang penting terhadap kesejahteraan psikologis atau *psychological well-being*; (d) *Locus Of Control*, yaitu suatu ukuran harapan seorang individu mengenai pengendalian (*control*) terhadap penguatan (*reinforcement*) yang mengikuti perilaku tertentu, serta dapat untuk memberikan gambaran mengenai kesejahteraan psikologis.

Salah satu faktor yang memengaruhi tinggi rendahnya *psychological well-being* adalah *locus of control*. Menurut Garber dan Seligman (dalam Griffin & Gore, 2014) berpendapat bahwa *locus of control* adalah suatu hal yang dipastikan

memberikan pengaruh terhadap kesejahteraan psikologi. *Locus of control* yang didefinisikan oleh Az'Fredrick (2017) ialah konstruk kepribadian yang menggambarkan orientasi seseorang mengenai apa yang mengendalikan hasil kehidupan mereka. Robbins dan Judge (2008) mendefinisikan *locus of control* sebagai persepsi seseorang tentang sumber nasibnya.

Menurut Arifin dan Rahayu (2011) seseorang yang memiliki orientasi *locus of control internal* menampakkan keyakinan yang lebih besar untuk memiliki kemampuan memengaruhi lingkungan, menghadapi situasi yang penuh tekanan dan menghadapi kesulitan dalam kehidupannya, akan lebih mudah untuk mencapai kesejahteraan psikologis.

Purnomo dan Lestari (2010) menyebutkan bahwa seseorang yang memiliki *locus of control internal* mempunyai anggapan bahwa semua sesuatu yang terjadi pada dirinya, baik yang berbentuk peristiwa, kejadian, nasib atau takdirdisebabkan oleh kendali dari dirinya sendiri. Sementara Nadirsyah dan Zuhra (2009) menjabarkan bahwa indikator dari *locus of control internal* adalah keyakinan bahwa sesuatu yang didapatinya selalu berada dalam kendalinya dan ditentukan oleh usaha, kemampuan, dan keterampilan orang itu sendiri.

Menurut pendapat lain, Fadila (2016) mengemukakan bahwa individu dengan *locus of control internal* cenderung menganggap bahwa keterampilan (*skill*), minat dan usaha (*effort*) lebih menentukan pencapaian dalam hidup mereka. Penelitian yang dilakukan oleh Sari dan Listiara (2017) yang ditujukan kepada guru SMA Negeri di Kota Bogor membuktikan bahwa adanya hubungan positif antara *locus of control internal* dengan *psychological well being*. Semakin tinggi *locus of control internal* seorang guru maka semakin tinggi *psychological well-being* guru

tersebut, sedangkan guru dengan *locus of control* internal yang rendah mempunyai *psychological well being* yang rendah pula.

Berdasarkan paparan diatas, peneliti tertarik untuk meneliti apakah ada hubungan antara *locus of control* internal terhadap *psychological well being* pada remaja.

1.2. Tujuan Penelitian

Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui secara empirik hubungan *locus of control* internal terhadap *psychological well-being* pada remaja.

1.3. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat, dimana manfaat dibagi menjadi dua bagian, yaitu:

1.3.1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini dapat memberikan sumbangan pengetahuan bagi disiplin ilmu psikologi, terutama psikologi perkembangan yang berkaitan dengan remaja, maupun psikologi sosial yang berkaitan dengan *psychological well being* dan *locus of control*. Selain itu, diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan bagi penelitian selanjutnya.

1.3.2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi informasi untuk memberikan referensi kepada remaja kaitannya dengan *psychological well-being*.