

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Setiap manusia pasti melalui tahap-tahap di dalam kehidupan yang saling memengaruhi satu sama lain. Salah satu tahap itu adalah tahap remaja yang memberikan pengaruh besar terhadap tahap perkembangan selanjutnya. Menurut Santrock (2007), masa remaja merupakan masa transisi antara masa anak-anak dan masa dewasa dari rentang hidup manusia. Para remaja akan mengalami perkembangan interaksi faktor lingkungan, genetik, biologis, dan sosial. Hall (dalam Santrock, 2007) menyebut remaja akan mengalami masa dimana mereka memiliki perasaan yang sangat sensitif serta akan mengalami 'badai' dan 'topan' dalam kehidupan perasaan dan emosinya, terutama dalam hubungannya dengan orang lain. Ciri khas masa remaja awal salah satunya adalah ketidakstabilan perasaan dan emosi.

Pada masa remaja ini, remaja membutuhkan lingkungan yang mendukung untuk mengoptimalkan fungsi emosi, akademik, dan sosial. Dalam hal ini, kesejahteraan subjektif merupakan salah satu konstruksi dalam psikologi positif untuk promosi kesehatan mental (Barry, Clarke, Dowling dalam Steinmayr, Wirthwein, Modler, & Barry, 2019). Dalam beberapa penelitian, kesejahteraan subjektif merupakan implikasi yang penting dalam perkembangan emosi remaja (Mairean & Diaconu-Gherasim, 2018). Kesejahteraan subjektif sendiri adalah istilah yang pertama kali diperkenalkan oleh Diener (dalam Proctor, 2014) sebagai sarana mengidentifikasi bidang psikologi yang memahami kualitas hidup seseorang termasuk penilaian kognitif dan reaksi afektif. Individu dengan kesejahteraan subjektif idealnya merasa puas pada hidupnya dan dominan

merasakan emosi positif daripada emosi negatif (Proctor, 2014). Kesejahteraan subjektif yang rendah seperti yang dikatakan Kerr dan Statin (dalam Mairean & Diaconu-Gherasim, 2018) ditunjukkan dengan gejala emosi negatif, akan memengaruhi rendahnya performa akademik, rendahnya harga diri dan efikasi diri, dan permasalahan perilaku. Didukung juga dengan pernyataan Sun dan Shek (dalam Mairean & Diaconu-Gherasim, 2018) yang menjelaskan bahwa kepuasan hidup yang tinggi menunjukkan kesehatan mental yang baik dan perilaku berisiko yang lebih kecil pada remaja. Berdasarkan beberapa pernyataan yang diungkap para tokoh menunjukkan pentingnya kesejahteraan subjektif dalam perkembangan remaja terutama dalam hal emosional.

Peneliti melakukan wawancara untuk melihat dan memperdalam permasalahan kesejahteraan yang ada pada remaja. Peneliti menggunakan remaja pada komunitas Mezbah Keluarga sebagai subjek dalam wawancara ini. Komunitas MK (Mezbah Keluarga) sendiri merupakan organisasi atau komunitas di Gereja JKI *Higher Than Ever* di Kota Semarang yang bertujuan untuk menggembalakan jemaat, bertumbuh mendalami Kristus, memaksimalkan potensi, dan saling menguatkan anggota-anggotanya satu sama lain dengan anggota dengan rentang usia 13-50 tahun. Komunitas ini dibagi berdasarkan daerah wilayah tempat tinggal dan usia anggotanya. Kegiatan-kegiatan yang dilakukan dalam komunitas Mezbah Keluarga sendiri meliputi berdoa, memuji Tuhan melalui nyanyian dan pujian, dan sesi *sharing*.

Peneliti tertarik meneliti komunitas Mezbah Keluarga karena peneliti menemukan masalah kesejahteraan subjektif pada remaja komunitas ini. Hal ini peneliti buktikan dengan melakukan observasi secara tidak langsung dengan cara mendengarkan penjelasan narasumber yaitu HA yang merupakan salah

satu Ketua komunitas Mezbah Keluarga di kecamatan Semarang Utara, yaitu terdapat satu gerombolan berisi 4 orang yang setelah mereka selesai mengikuti kegiatan MK, ternyata mereka berpisah dengan alasan “pulang ke rumah karena banyak tugas” namun ternyata didapati mereka berkumpul bersama dan merokok, padahal setelah selesai MK pasti selalu makan bersama-sama untuk mempererat kedekatan antar anggota MK. Selanjutnya, diperkuat dengan wawancara yang dilakukan peneliti pada beberapa subjek. Kemudian narasumber juga menceritakan mengenai subjek RS berumur 18 tahun. Dahulu, subjek RS ini merupakan anggota yang sangat aktif di MK, aktif pelayanan, dan sudah jadi “helper” atau penolong yang merupakan kepercayaan dari ketua MK beliau. Namun suatu ketika, didapati RS mabuk-mabukan bersama teman sekolahnya. Naas, ketika ditegur dan ditanya alasannya, dia malah marah dan merasa pahit, sebab ternyata ia pernah mendapati temannya yang juga merupakan anggota MK, melakukan hal yang sama. Ia merasa temannya munafik karena hanya menjaga perilaku ketika kegiatan berlangsung, tetapi di luar itu, banyak sekali yang masih berkata kotor, kasar, merokok, mabuk, dan kenakalan lainnya. Singkat cerita saat ini subjek RS sudah tidak tergabung dalam komunitas MK lagi. Yang selanjutnya, peneliti melakukan wawancara singkat pada tanggal 22 November 2020, dengan dua subjek berusia remaja yang tergabung sebagai anggota Mezbah Keluarga. Subjek pertama berinisial MN yang berusia dua puluh (20) tahun dan berjenis kelamin perempuan. Subjek MN mengungkapkan perasaannya yang tidak bisa terima akan hidupnya. Subjek MN merasa bahwa dirinya seharusnya dapat lebih bahagia jika saja ibunya masih berada di sisinya dan tidak dipisahkan dari keluarganya oleh maut. MN saat ini adalah seorang mahasiswa dan juga sedang menjalani perkuliahan, namun ia

menilai bahwa dirinya seolah percuma berkuliah karena ia tidak bisa maksimal dan menghasilkan nilai yang diharapkan, bahkan subjek menyebutkan akhir-akhir ini berpikir untuk mengakhiri kuliahnya bukan karena ketidakmampuan dan keterbatasan sumber daya, melainkan karena ketidaklayakan yang ia rasakan dalam dirinya. Berdasarkan hasil wawancara, Subjek MN menunjukkan ketidakpuasan dalam hidupnya karena kehilangan ibunya, dan dominansi emosi negatif karena perasaan pesimis yang dirasakan dalam lingkup perkuliahan, ia merasa tidak ada yang perlu dipertahankan dari studinya karena ia tidak merasa mampu menyelesaikan dan mengikuti studinya. Hal yang membuatnya senang hanya semata karena teman-temannya saja selebihnya ia merasa pesimis dan merasa cemas dengan studinya sehingga menunjukkan gambaran kesejahteraan subjektif yang rendah pada subjek MN.

Selanjutnya subjek BS, berusia tujuh belas (17) tahun dan berjenis kelamin laki-laki menyebutkan bahwa dirinya merasa sering iri terhadap teman sebayanya. Peralnya, hampir semua teman sebayanya memiliki kondisi ekonomi yang lebih sedangkan dirinya tidak. BS menceritakan bahwa ternyata pada saat ia berumur empat belas (14) tahun, kondisi ekonomi dari keluarganya sangatlah berkecukupan. Namun tidak pernah ia sangka bahwa hanya dalam waktu sesaat hal tersebut dapat berubah, dan hingga kini subjek belum dapat menerima kondisinya tersebut. Hal yang sangat ingin subjek ulang jika ada kesempatan adalah saat dimana ia dan keluarganya masih dalam kondisi berlebih. Subjek BS juga menyinggung tentang sikapnya yang selalu pergi untuk bergaul bebas dengan teman-temannya karena tidak betah di rumah dan ingin mencari kesenangan akibat kejenuhannya di rumah. Pada subjek BS ini, peneliti menyimpulkan bahwa BS tidak puas dan tidak mampu menerima kondisi

ekonomi keluarganya yang sedang terpuruk dan menunjukkan emosi negatif yang tinggi dibanding emosi positif ditunjukkan dengan rasa iri terhadap teman sebayanya, sikapnya yang mencari kesenangan di luar rumah semata-mata sebagai kompensasi atas kebosanan dan kejenuhannya berada di rumahnya. Kondisi ketidakpuasan dan dominansi emosi negatif pada subjek BS menunjukkan gambaran kesejahteraan subjektif yang rendah.

Berdasarkan hasil wawancara pada subjek MN dan BS, peneliti menemukan adanya permasalahan kesejahteraan subjektif pada kedua remaja yang bergabung dalam komunitas Mezbah Keluarga ini. Hal ini ditunjukkan dengan subjek MN yang masih belum menerima kematian ibunya dan rasa pesimis dalam lingkup perkuliahannya. Sama halnya dengan subjek MN, subjek BS menunjukkan ketidakpuasan pada kondisi ekonomi keluarga dan rasa iri berlebihan terhadap teman sebayanya. Kedua subjek ini menunjukkan gambaran kesejahteraan subjektif yang rendah. Hal ini disimpulkan peneliti berdasarkan karakteristik individu dengan kesejahteraan subjektif yang ditunjukkan dengan kepuasan hidup dan emosi positif (senang, bangga) yang lebih tinggi daripada emosi negatif (sedih, kecewa, marah) menurut Proctor (2014), namun kenyataannya yang terjadi pada remaja Komunitas Mezbah Keluarga menunjukkan hal yang sebaliknya.

Kesejahteraan subjektif adalah istilah yang pertama kali diperkenalkan oleh Diener (dalam Proctor, 2014) sebagai sarana mengidentifikasi bidang psikologi yang memahami kualitas hidup seseorang termasuk penilaian kognitif dan reaksi afektif. Istilah ini muncul sebagai sebutan yang digunakan bergantian atau untuk menghindari makna ambigu dari kebahagiaan (Proctor, 2014). Menurut Diener, Lucas, dan Oishi (2002), kesejahteraan subjektif merupakan

penilaian kognitif dan afektif individu terhadap hidup. Penilaian ini meliputi reaksi emosi terhadap suatu peristiwa dan juga penilaian kognitif terhadap pemenuhan kepuasan. Konsep kesejahteraan subjektif sangatlah luas meliputi emosi kesenangan/positif, rendahnya emosi negatif, dan kepuasan hidup yang tinggi.

Proctor (2014) menjelaskan terdapat tiga komponen yang ada dalam kesejahteraan subjektif, yaitu kepuasan hidup, afek positif, dan afek negatif. Diener (dalam Proctor, 2014) mengungkapkan bahwa individu memiliki kesejahteraan subjektif yang tinggi jika mereka mengalami kepuasan hidup, tingginya frekuensi afek positif (contoh: kebahagiaan dan optimis), dan rendahnya frekuensi afek negatif (marah dan kecemasan). Compton dan Hoffman (2013) pada penelitian sebelumnya mengenai kesejahteraan subjektif individu menemukan bahwa individu yang dilaporkan memiliki tingkat kebahagiaan dan kepuasan hidup lebih tinggi, cenderung akan berperilaku seolah mereka memang lebih bahagia dan puas terhadap hidupnya.

Tidak ada faktor tunggal penentu kesejahteraan subjektif, namun ada beberapa kondisi yang diperlukan untuk kesejahteraan subjektif yang tinggi seperti hubungan yang positif dan kesehatan mental yang positif, tetapi hal tersebut tidak cukup untuk menyebabkan kebahagiaan (Proctor, 2014). Menurut Hefferon dan Boniwell (2011) faktor-faktor yang memengaruhi kesejahteraan subjektif, yaitu penghasilan, hubungan sosial, pekerjaan, kesehatan, agama, serta usia, jenis kelamin, dan tingkat pendidikan. Dari beberapa faktor yang disebutkan, agama merupakan salah satu faktor yang dapat meningkatkan kesejahteraan subjektif remaja. Agama tidak lepas kaitannya dengan religiositas dimana menurut Pargament (dalam Villani, Sorgente, Iannello, & Antonietti, 2019), religiositas dimaksudkan di dalam nilai-nilai individu, keyakinan, perilaku,

dan identitas yang mungkin berfokus pada aspek sakral atau fungsional agama. Sebagai contoh, Compton dan Hoffman (2013) melaporkan penemuan bahwa peningkatan kesejahteraan akan dihasilkan oleh religiositas yang lebih besar sejalan dengan meningkatnya harapan. Saroglou, Buxant, dan Tilquin (dalam Compton & Hoffman, 2013) mengungkapkan bahwa terdapat kemungkinan meningkatnya emosi positif dipengaruhi oleh religiositas.

Pada penelitian yang dilakukan Diener (dalam Hefferon & Boniwell, 2011) ditemukan bahwa orang yang melaporkan dirinya sebagai religius cenderung memiliki tingkat kesejahteraan, skor harapan dan optimisme yang lebih tinggi. Selanjutnya, penelitian di Amerika menunjukkan bahwa orang yang teridentifikasi memiliki skor religiositas lebih tinggi, sedikit lebih bahagia dibandingkan mereka yang tidak. Hal ini menjadikan religiositas menjadi faktor penting dalam meningkatkan kesejahteraan subjektif (*Subjective Well Being*). Suhail dan Chaudhry (dalam Setiyawan, 2014) melalui penelitiannya mengungkapkan jika religiositas adalah prediktor yang kuat untuk kesejahteraan subjektif, meskipun religiositas bukan merupakan prediktor terbaik jika dibandingkan dengan dukungan sosial dan kepuasan kerja, namun lebih unggul dibandingkan faktor usia, harga diri, dan tipe kepribadian.

Penelitian yang dilakukan oleh Krause (dalam Setiyawan, 2014) menyatakan religiositas sebagai perwujudan nyata ilmu agama yang diaplikasikan ke dalam kehidupan sehari-hari, dimana hal ini menjadi upaya untuk menemukan tujuan dan makna dalam hidup individu. Kemudian Myers (dalam Nisfiannor, Rostiana, & Puspasari, 2004) mengemukakan orang yang aktif secara religius mengakui memiliki tingkat kebahagiaan yang tinggi. Penelitian yang dilakukan oleh Batson, Schoenrade, & Ventis (dalam Edwards &

Lowis, 2001) pada masyarakat Amerika Selatan yang menghasilkan temuan individu-individu yang aktif beribadah cenderung untuk tidak melakukan pelanggaran, penggunaan obat-obatan terlarang dan alkohol, perceraian, dan bunuh diri daripada individu-individu yang pasif beribadah. Religiositas menjadi faktor penting dalam kesejahteraan subjektif yang tidak dapat diabaikan (Nisfiannor, Rostiana, & Puspasari, 2004). Hal ini juga selaras dengan beberapa ahli yang berpendapat bahwa pada diri manusia terdapat naluri yang disebut *religiøs insting*, yaitu naluri untuk meyakini dan mengadakan penyembahan terhadap suatu kekuatan di luar diri manusia (Adisubroto dalam Nisfiannor, Rostiana, & Puspasari, 2004).

Peneliti melihat fenomena-fenomena menarik terkait hubungan religiositas dengan kesejahteraan subjektif remaja yang sudah diuraikan dalam latar belakang masalah. Dalam latar belakang masalah, peneliti menemukan bahwa remaja komunitas Mezbah Keluarga memiliki permasalahan pada kesejahteraan subjektif ditunjukkan kepuasan hidup yang rendah dan dominansi emosi negatif daripada emosi positif disimpulkan dari hasil wawancara. Dalam penelitian ini, peneliti spesifik berfokus pada religiositas sebagai faktor yang dapat memengaruhi cara pandang remaja dalam menilai kepuasan hidup mereka dan sebagai pemberi dukungan emosional bagi remaja. Oleh karena itu, peneliti ingin mengkaji kembali ada atau tidaknya hubungan antara religiositas dan kesejahteraan subjektif pada remaja sebagai bentuk melihat keprihatinan terhadap konflik-konflik yang terjadi pada masa remaja yang dapat memengaruhi kesejahteraan subjektif pada remaja. Maka dari itu pertanyaan penelitian ini adalah adakah hubungan religiositas dengan kesejahteraan subjektif pada remaja komunitas Mezbah Keluarga?

1.2. Tujuan

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan antara religiositas dengan kesejahteraan subjektif pada remaja di komunitas Mezbah Keluarga.

1.3. Manfaat

1.3.1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini dapat bermanfaat untuk menambah wawasan, dan memberikan pengetahuan di lapangan mengenai hubungan religiositas terhadap kesejahteraan subjektif pada remaja. Penelitian ini juga dapat menjadi langkah awal dalam upaya menciptakan kesejahteraan subjektif khususnya bagi remaja

1.3.2. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat dalam hal pengembangan kualitas kehidupan para remaja yang dinilai sulit untuk memperoleh kesejahteraan dalam hidupnya.

