

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Setiap manusia memiliki harapan untuk kehidupan yang bahagia, tenang, memiliki hubungan yang baik dengan lingkungan sekitar serta memiliki perasaan damai di dalam hatinya sehingga memiliki hidup yang sejahtera. Kesejahteraan psikologi atau *psychological well-being* adalah suatu keadaan seseorang dalam memanfaatkan potensi yang ada dalam dirinya untuk menentukan tujuan hidup sehingga dapat mengaktualisasikan diri dengan baik dalam lingkungan tempat tinggalnya. Seperti yang dikemukakan oleh Kasturi (2016) bahwa individu yang telah mencapai *well-being* atau sejahtera akan mampu memahami tujuan hidupnya, mempunyai kontrol diri yang baik sehingga mampu menghadapi kehidupannya secara positif baik kondisi yang menguntungkan maupun yang tidak menguntungkan baginya.

Kesejahteraan psikologis tidak hanya perlu dicapai oleh orang dewasa, namun juga remaja. Remaja merupakan tahapan perkembangan yang harus dilalui setiap manusia dan merupakan masa peralihan dari anak-anak menuju masa dewasa, sehingga kesejahteraan sangat penting untuk mendampingi remaja dalam pencarian jati diri. Seperti yang dikemukakan oleh Sari (2015) bahwa seorang remaja dapat memiliki *psychological well-being* yang tinggi dengan cara mengembangkan potensi yang dimiliki serta berusaha mewujudkan cita-cita. Kesejahteraan psikologis merupakan indikator dari keadaan sehat mental bagi seseorang. Seperti yang dikemukakan oleh badan kesehatan dunia *World Health*

Organization [WHO] (dalam Glozah, 2015) bahwa definisi sehat yaitu keadaan sejahtera fisik, psikologis, dan kesejahteraan sosial sehingga tidak hanya ketiadaan penyakit atau kelemahan dalam diri individu. Berdasarkan definisi tersebut, kesejahteraan psikologi memiliki peran penting dalam kesehatan seseorang karena merupakan ciri seseorang disebut sehat menurut badan kesehatan dunia WHO.

Seseorang yang memiliki kesejahteraan yang tinggi dapat menemukan kebahagiaan dalam hidupnya. Penelitian dari perusahaan riset di Toronto Kanada yang bekerja sama dengan majalah *What Make You Happy* (dalam Kasturi, 2016) mengungkapkan bahwa Indonesia merupakan negara dengan tingkat kebahagiaan yang tinggi dibandingkan dengan Jerman, India, Meksiko, Brazil, Afrika, Turki, Australia, dan negara maju lainnya. Bahagia merupakan salah satu cerminan dari seseorang yang memiliki kesejahteraan psikologis seperti yang dikemukakan oleh Hartato, Basaria, dan Patmonodewo (2017) bahwa Individu yang memiliki *psychological well-being* tinggi akan menampilkan perasaan bahagia, merasa mampu menjalani kehidupan, mendapat dukungan, serta puas dengan kehidupannya. Seperti yang dikemukakan oleh Emadpoor, Lavasani, dan Shahcheraghi (2016) bahwa kesejahteraan psikologis merupakan salah satu faktor penting dalam pertumbuhan pribadi dan sosial. Ketika individu mampu memanfaatkan kesehatan mental dan kesejahteraannya mereka dapat mengambil tindakan terhadap masalah yang mungkin timbul, serta memilih solusi yang sesuai (Emadpoor, dkk, 2016).

Kesejahteraan psikologis merupakan hal penting yang dimiliki oleh seseorang tak terkecuali bagi remaja. Di Indonesia, kesejahteraan psikologis pada remaja masih belum tercapai secara optimal dikarenakan tingkat kenakalan atau kekerasan yang melibatkan remaja yang masih tinggi (Prabowo, 2017). Berdasarkan data dilansir dari Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) dalam kurun waktu 6 tahun yaitu sepanjang tahun 2011-2017 terdapat 9.266 kasus anak berhadapan dengan hukum yang 116 diantaranya menjadi pelaku dalam kekerasan (Setyawan, 2018).

Pencegahan kenakalan remaja membutuhkan peran dari lingkungan utamanya keluarga. Keluarga memegang peranan penting dalam melakukan sosialisasi nilai dan norma, dan tujuan yang telah disepakati dalam masyarakat sehingga kenakalan remaja menjadi dampak yang terjadi apabila aturan dan norma dalam masyarakat tidak terealisasi (Unayah & Sabarisman, 2015). Unayah dan Sabarisman (2015) menambahkan bahwa kenakalan yang semakin tinggi menjadi salah satu konsekuensi dari keluarga yang salah dalam mendidik anak.

Tidak semua remaja memiliki kesempatan mendapatkan didikan dari orangtua dan harus tinggal di panti asuhan. Berdasarkan wawancara dengan pengasuh dan dua anak asuh di salah satu panti asuhan Muhammadiyah kota Surakarta menyebutkan bahwa terdapat terdapat 34 orang yang tinggal di panti asuhan dan 22 orang diantara merupakan remaja. Rentang usia remaja menurut Santrock (2012) yaitu dimulai dari usia 10-22 tahun. Remaja di panti asuhan juga rawan memiliki kesejahteraan psikologis yang rendah. Penelitian yang dilakukan oleh Afework Tsegaye (2013) menunjukkan bahwa 63,33% dari anak yatim di

Addis Ababa memiliki kesejahteraan psikologis yang rendah sedangkan 36,66% memiliki kesejahteraan psikologis yang tinggi. Penelitian lain yang dilakukan oleh Navpreet, Kaur, Meenakshi, dan Kaur (2017) pada remaja yang tinggal di panti asuhan menunjukkan bahwa 94,17% remaja memiliki kesejahteraan psikologis sedang dan sisanya yaitu 5,83% memiliki kesejahteraan psikologis tinggi.

Dengan terpenuhinya aspek-aspek kesejahteraan psikologis seperti penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi atau kebebasan, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan pengembangan diri menunjukkan bahwa kesejahteraan psikologis seseorang telah terpenuhi. Namun, berdasarkan wawancara dengan seorang pengasuh dan 2 anak asuh di panti asuhan Muhammadiyah di kota Surakarta, masih terdapat anak asuh yang melakukan tindak pelanggaran terhadap aturan yang ada di panti asuhan. Pelanggaran yang dilakukan anak asuh seperti merokok, hal ini menunjukkan bahwa anak asuh belum dapat mengatur kebebasan dan perilaku dirinya. Berkelahi dengan teman satu panti juga masih terjadi dikalangan anak asuh panti asuhan, hal ini menunjukkan bahwa hubungan yang terjalin antar anak asuh belum maksimal dan memuaskan. Pelanggaran lainnya yang masih dilakukan anak asuh yaitu pulang malam melebihi jam malam panti dan keluar panti asuhan tanpa izin yang jelas, hal ini menunjukkan bahwa anak asuh belum mempunyai kemampuan dalam mengatur lingkungan kehidupannya dan belum mampu mengontrol aktivitas luarnya.

Kesejahteraan psikologis memiliki berbagai faktor didalamnya seperti yang dikemukakan oleh Keyes, Shmotkin, dan Ryff (dalam Prayogi, Muslihati,

dan Handarini, 2017) terdapat beberapa faktor yang memengaruhi kesejahteraan psikologis diantaranya ialah sosiodemografi, usia, sosial ekonomi, kepribadian, status pendidikan dan *extraversion*. Terdapat faktor lain juga dikemukakan oleh Karimah dan NRH (2016) bahwa usia, tingkat pendidikan, kematangan emosi, kondisi ekonomi, hubungan sosial, serta dukungan sosial dapat mempengaruhi kondisi *psychological well-being* seseorang.

Salah satu faktor dari kesejahteraan psikologis yaitu *social support* atau dukungan sosial yang memiliki peran penting dalam menunjang kesejahteraan psikologis. Sarafino (1994) mengungkapkan bahwa dukungan sosial mengarah pada kesenangan yang dirasakan, penghargaan, kepedulian, serta menerima dukungan dari orang atau kelompok lain. Bagi remaja yang tinggal di panti asuhan dan tidak memiliki orangtua lengkap, dukungan sosial merupakan suatu dorongan penting disaat individu tidak tinggal dengan keluarganya. Adanya dukungan sosial bertujuan untuk mengurangi pengaruh tekanan-tekanan atau *stress* yang dialami oleh individu (Tarigan, 2018). Taylor (2015) menyebutkan bahwa seseorang yang memiliki dukungan sosial tinggi akan memiliki tingkat *stress* yang rendah, serta dapat menjalani hidup dengan lebih positif sehingga seseorang yang mendapatkan dukungan dari orang-orang sekitar dapat meningkatkan semangat dalam menjalani kehidupan yang positif seperti memiliki tujuan hidup dan berhubungan baik dengan orang lain.

Adanya dukungan sosial dari keluarga dan teman sebaya dapat membantu individu untuk mengembangkan potensi dalam diri. Misalnya, apabila remaja memiliki suatu permasalahan, maka orang-orang di sekitar remaja seperti

orangtua dan sahabat dapat memberikan dukungan sosial berupa semangat dan motivasi kepada remaja dalam mencari jalan keluar atas permasalahannya (Ramadhani, Djunaedi, dan S 2016). Seperti remaja yang tinggal dengan kedua orangtua atau memiliki orangtua yang lengkap, remaja di panti asuhan juga memerlukan dukungan dari teman-teman maupun pengasuh panti asuhan. Sumber dukungan dari teman juga dapat mengurangi *stress* maupun dampak negatif pada remaja dalam melakukan aktivitasnya sebagai seorang pelajar. Seperti yang dikemukakan oleh Wiyarti dan Setyawan (2017) bahwa dukungan dari teman sebaya dapat mengurangi *stress* sehingga individu akan nyaman dalam melakukan aktivitasnya seperti menghafal Al-Qur'an.

Penelitian yang telah dilakukan oleh Tarigan (2018) menyebutkan bahwa kontribusi dukungan sosial dalam memengaruhi *well-being* pada remaja yang memiliki orangtua tunggal adalah sebesar 33%, sedangkan faktor lain yang juga memengaruhi *well-being* seperti watak, sosial budaya, teman sebaya dan lain sebagainya adalah sebesar 66,7%. Berdasarkan wawancara dengan anak asuh berinisial N di salah satu panti asuhan Muhammadiyah di kota Surakarta bahwa terkadang subjek merasa sedih jika mengingat keluarganya yang tinggal jauh di luar kota, dan selama subjek tinggal di panti belum pernah dijenguk oleh keluarganya. Pengasuh juga mengatakan bahwa ada anak asuh yang bercerita mengenai orangtua yang memanfaatkan anaknya yang tinggal di panti asuhan karena ketika di panti, anaknya mendapat uang saku. Berdasarkan pemaparan tersebut, dapat dilihat bahwa dukungan sosial yang didapatkan anak asuh di panti asuhan dari orangtua masih kurang.

Dukungan sosial yang rendah memiliki beberapa dampak yang dapat dirasakan oleh remaja. Penelitian Suciani dan Rozali (2014) menyebutkan bahwa ketiadaan dukungan sosial dari orangtua dapat membuat kurangnya motivasi dalam belajar sehingga dapat membuat anak malas dalam melakukan aktivitasnya. Anak yang memiliki orangtua kurang memberikan dukungan sosial cenderung memiliki gejala depresif, memiliki kesejahteraan psikologi yang rendah, serta berperilaku destruktif seperti merokok, membolos, mengonsumsi minuman keras, dan menarik diri dari lingkungan (Hardjo & Novita, 2015). Dukungan sosial yang kurang dari teman juga dapat memberikan dampak negatif bagi remaja yang tinggal di panti asuhan. Berdasarkan wawancara dengan subjek berinisial N yang tinggal di panti asuhan mengatakan bahwa tidak mempunyai sahabat dekat di sekolah membuat subjek jarang menceritakan masalah atau meminta bantuan kepada teman sekolah ketika memiliki masalah, sehingga subjek sering memendam masalahnya sendiri.

Berdasarkan fenomena diatas, maka peneliti ingin mengetahui “Bagaimana hubungan antara dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis remaja yang tinggal di panti asuhan?”

B. Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui hubungan dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis pada remaja yang tinggal di panti asuhan
2. Untuk mengetahui tingkat dukungan sosial pada remaja yang tinggal di panti asuhan

3. Untuk mengetahui tingkat kesejahteraan psikologis remaja yang tinggal di panti asuhan
4. Untuk mengetahui sumbangan efektif dukungan sosial terhadap kesejahteraan psikologis remaja yang tinggal di panti asuhan

C. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Praktis

Manfaat dari penelitian ini adalah dapat membuktikan bagaimana gambaran hubungan antara dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis pada remaja yang tinggal di panti asuhan.

2. Manfaat Teoritis

Manfaat penelitian secara teoritis adalah untuk menambah sumbangan ilmu mengenai konsep-konsep, ide dalam perkembangan ilmu psikologi khususnya dibidang Psikologi Sosial.