

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Setiap manusia memiliki masing-masing kehidupan yang berbeda-beda guna memenuhi kesejahteraan untuk dirinya. Manusia merupakan makhluk yang dipandang utuh dimana memiliki banyak aspek di dalam dirinya yang meliputi aspek fisik, intelektual, sosial, emosional dan spritual. Dengan keutuhan itu kesejahteraan hidup merupakan hal yang penting untuk dimiliki setiap individu karena kesejahteraan hidup merupakan manifestasi dari keberfungsian aspek-aspek yang dimiliki setiap individu baik aspek fisik maupun psikologis. Kesejahteraan yang dicapai manusia meliputi kesejahteraan fisik, material dan psikologis. Diantara beberapa kesejahteraan ada satu yang harus lebih diperhatikan yaitu kesejahteraan psikologis.

Kesejahteraan psikologis didefinisikan sebagai suatu kajian ilmu psikologi positif mencakup bagaimana penilaian individu mengenai kelebihan dan kekurangan dalam dirinya serta proses pengembangan potensi secara optimal yang dimiliki (Tsenkova, Love, Singer, Ryff, 2007).

Kesejahteraan psikologis yang merupakan tingkat kesejahteraan secara psikologis. Individu yang memiliki kesejahteraan psikologis ditandai dengan mampu menerima diri apa adanya, mampu membangun hubungan yang hangat dengan oranglain, memiliki kemandirian dalam menghadapi tekanan sosial, mampu mengontrol lingkungan luar/ekternal, memiliki tujuan dalam

hidupnya serta mampu merealisasikan dan mengembangkan potensinya secara *continue* (Tsenkova dkk, 2007). Tsenkova dkk (2007) juga menjelaskan bahwa tingkat kesejahteraan psikologis pada setiap individu berbeda-beda, ada yang tinggi, sedang sampai rendah. Hal ini tergantung dari memfungsikan berbagai aspek dalam dirinya secara optimal.

Kesejahteraan psikologis dapat dirasakan oleh setiap individu termasuk pada remaja. Pada jaman post-modern saat ini, cenderung membawa dampak bagi kehidupan sehingga mempengaruhi situasi psikologis remaja. Apalagi era globalisasi menopang arus perubahan dalam setiap sudut kehidupan ditambah dengan kecanggihan teknologi yang mengarah terhadap perkembangan jiwa keagamaan, khususnya dikalangan remaja. Perubahan struktur sosial terkadang membawa dampak terhadap krisis spritual sehingga berakibat pada patologi sosial, penyimpangan sosial, konflik dan kekerasan, pembunuhan serta narkoba terjadi dimana-mana. Bukan itu saja, patologi dikalangan remaja telah merubah perilaku kehidupannya sehingga menjadikannya serba pragmatis dan hedonis. Sikap pragmatis dan hedonis dikalangan remaja ditandai dengan adanya sikap ingin meraih kesenangan dan tidak lagi mempertimbangkan nilai kebenaran sehingga berdampak pada arus kemerosotan moralitasnya. Untuk itu pentingnya memperhatikan kesejahteraan psikologis pada remaja.

Hurlock (2006) menyatakan bahwa remaja merupakan sosok yang terus mengalami perkembangan menuju pada kematangan jiwa. Remaja sebagai generasi harus menunjukkan fungsi historisnya sebagai agen perubahan

sosial dan budaya. Agar dapat mewujudkan cita-cita bangsa, remaja harus menggunakan potensi yang dimilikinya (Purba, 2014).

Potensi tersebut diharapkan dapat digunakan dan dimanfaatkan dengan hal-hal yang positif, agar mempunyai jiwa yang positif, kemandirian, kecerdasan sosial emosional, berintelektual, dan dapat bertanggung jawab sehingga tugas-tugas perkembangan pada masa remaja berhasil dicapai (Syamsu, 2006). Untuk memenuhi tugas tahap perkembangan masa remaja diharapkan remaja memiliki kesejahteraan psikologis yang baik, hal tersebut dikarenakan agar remaja dapat mencapai titik aktualisasi diri sehingga dapat mencapai kesuksesan diberbagai bidang dan terhindar dari permasalahan atau kenakalan remaja. Kesejahteraan psikologis sebagai suatu kunci yang mendorong untuk menggali dan mengasah potensi diri individu secara keseluruhan agar dapat mencapai keberhasilan dan kesuksesan. Kesejahteraan psikologis dibutuhkan agar individu atau remaja dapat meningkatkan berbagai efektivitas dalam berbagai bidang kehidupan.

Tsenkova dkk (2007) menyatakan bahwa kesejahteraan psikologis merupakan adanya kekuatan untuk merealisasikan fungsi potensi diri secara berkesinambungan (*personal growth*). Hasil penelitian Prabowo (2016), menunjukkan tingkat kesejahteraan psikologis siswa SMK Muhammadiyah se-Malang 76% (kategori sedang). Persentase rendah terbesar yaitu pada aspek *Personal growth* yang berarti masih banyak siswa/remaja yang belum optimal dalam mengembangkan potensi yang dimilikinya.

Selain itu, berdasarkan penelitian Syarifudin dan Prabowo (2015)

pada 7 MTs di Malang menunjukkan persentase kesejahteraan psikologis pada aspek kemandirian (*autonomy*) sebesar 24,9% yang masuk dalam kategori rendah dan pada aspek hubungan positif dengan orang lain (*positive relation with other*) sebesar 33,2% juga masuk dalam kategori rendah. Sebanyak 26,7% atau 79 remaja tanpa prestasi di bidang akademik maupun non akademik serta hanya 20,9% atau 62 remaja memiliki prestasi di bidang akademik yang artinya lebih banyak remaja yang belum memiliki prestasi dibanding remaja yang memiliki prestasi. Penelitian lain yang ditemui oleh Fitri, Luawo dan Noor, (2017) pada 303 remaja laki-laki SMA se-Jakarta sebanyak 165 remaja memiliki kesejahteraan psikologis dalam kategori sedang yaitu dengan persentase 54,45 % dan sebanyak 47 remaja memiliki kesejahteraan psikologis dalam kategori rendah yaitu dengan persentase sebesar 15,51%. Aspek yang termasuk dalam kategori rendah yaitu pada aspek perkembangan pribadi dan aspek hubungan positif dengan oranglain.

Peneliti melakukan observasi selama 3 hari pada subjek penelitian yaitu kelas 8D dan 8F SMP 1 Ambarawa dan wawancara pada guru bimbingan konseling sebagai data awal penelitian. Hasil observasi dan wawancara menunjukkan adanya permasalahan mengenai kesejahteraan psikologis.

Fenomena-fenomena yang ditemui peneliti dari hasil wawancara dan observasi, peneliti menemukan beberapa masalah yang muncul yaitu siswa kelas 8D dan 8F merupakan kelas yang paling sering dipanggil ke kantor bimbingan konseling (BK) hal ini dibuktikan dari hasil observasi hari

pertama salah satu siswa keluar kelas karena namanya disebutkan dipengumuman untuk menuju ke kantor BK, hal ini juga diperjelas oleh guru BK *"pokoknya kelas 8D dan 8F itu kelas yang paling special mbak, hampir tiap hari ada saja yang dipanggil ke ruang BK"*. Saat jam pelajaran berlangsung siswa kurang memperhatikan penjelasan dari guru dan lebih sering melamun, bercanda, tidur di kelas dan membuat kegaduhan yang hal ini membuat guru marah dan kerap bersikap tegas ketika mengajar, menurut para guru yang mengejara di kedua kelas ini mengungkapkan bahwa *"seperti inilah kelas ini, harus sabar dan penuh perhatian, harus ditegasin juga, kelas ini bisa dibilang paling rendah dalam pembelajaran dan pengetahuan, sikapnya pun juga kurang baik"*. Selain itu, ketika siswa diberi tugas baik dikerjakan di kelas atau di rumah, siswa sering mengeluh *"buk susah, buk jangan susah-susah, buk saya gak bisa"* sehingga saat diberi tugas, siswa membutuhkan waktu yang lebih lama untuk mengerjakan misalnya dalam matapelajaran IPS diberi 10 soal siswa baru mengerjakan 3 – 4 soal selama 1 jam pelajaran dimana menurut guru *"begini mbak emang lama mereka kalo diberi tugas, kelas lain 1 jam pelajaran sudah beres, kelas ini yang paling luar biasa, mereka mudah menyerah, kurang motivasi juga ditambah pengetahuan mereka masih kurang, jadi seperti itu"*. Siswa juga kurang menggunakan kesempatan untuk tampil yang ditawarkan oleh guru, misalnya untuk menjawab pertanyaan, berpendapat atau menulis jawaban di papan tulis. Siswa lebih memilih untuk diam dan saling tunjuk menunjuk kepada temannya.

Temuan lain yang diperoleh dari hasil observasi yaitu siswa kurang menghargai ketika guru sedang menjelaskan materi di kelas dan juga kurang menghargai ketika temannya sedang menjawab pertanyaan dari guru yang ditunjukkan dari perilakunya yang menghiraukan, tidak mendengarkan, meledek, mengejek dan asyik mengobrol dan bercanda dengan temannya yang lain. Karena hal inilah guru menasehati di akhir sesi pelajaran *“anak-anak harus saling menghargai satu sama lain, kalo ada yang bicara di depan itu didengarkan bukan malah meledek, sekarang anak-anak sudah kelas 8, sudah punya adek kelas dan harus jadi contoh yang baik, anak-anak harus bersikap positif dan lebih baik lagi agar para guru yang lain gak males kalo masuk ke kelas ini”*. Kelas 8D dan 8F sudah terkenal special di kalangan guru yang terkadang membuat guru merasa malas untuk mengajar di kelas tersebut, menurut para guru *“wes mbak, suka pada males kalo ngajar disitu, anak-anaknya begitulah gak ada semangat dalam belajar, sikapnya pun buat jengkel”*. Dalam hal pertemanan kedua kelas ini tidak ada *geng-gengan* atau berkelompok namun ada beberapa siswa yang menarik diri dari teman-teman. selain itu ketika istirahat terlihat antar teman saling mengejek satu samalain dengan bahasa yang kurang baik, menurut guru BK *“anak-anak itu bagus tidak ada yang ngegeng tapi itu mbak, suka saling ngece, ngejek terus jadinya berantem, kalo wes berantem ya dipanggil ke BK”*. Menurut guru BK kedua kelas ini butuh perhatian khusus dan lebih, *“anak-anak itu harus dilatih untuk bisa dan semangat karena motivasi mereka masih sangat kurang untuk berkembang, ketika mengambil keputusanpun manut sama*

*keputusan guru, ya dari kami pokoknya setiap guru harus ngasih nasehat disetiap akhir sesi pelajaran karna mereka harus diingkatkan terus mbak, kalo gak ya makin parah”* ungkap Ibu S dan Pak R.

Menurut penjelasan guru BK pembagian kelas sesuai dengan peringkat dan kelas 8D dan 8F adalah siswa dengan peringkat 25 sampai akhir sehingga dari tingkat intelegensinya pun memang rendah. Selain rendah dalam akademik, ungkap guru BK *“anak-anak dalam ekstrakulikulerpun minatnya masih kurang, kami sudah menyediakan wadah untuk mereka mengembangkan potensinya tapi karena motivasi kurang dan manut dengan orangtua ketika orangtua kurang mendukung ya jadi seperti itu, tidak dimanfaatkan jadinya gak berkembang. terus itu juga mbak, kepengurusan OSIS hanya ada satu dimasing-masing kelas D dan F, kalo di kelas lain lebih dari satu siswa”*, guru BK juga mengungkapkan bahwa siswa masih belum mengetahui apa kelebihan dan potensinya, *”kalo mereka ditanya kelebihan apa, ya mereka belum tau, anak-anak itu berani sikapnya, tapi beraninya belum ke arah yang positif misalnya berani bikin gaduh di kelas, berani kabur dari Sekolah, berani bolos, berani gak mengerjakan PR. anak-anak itu lebih fokus dengan kekurangannya tapi belum menjadikan kekurangannya alasan untuk berkembang melainkan menyerah ‘aku gak bisa jadi yasudah bu, pak’ seperti itu”*. Guru bimbingan konseling yaitu Ibu S menjelaskan latar belakang siswa 8D dan 8F yang rata-rata memiliki keluarga yang *broken home*, ada yang tinggal dengan ibunya saja, ayahnya saja atau saudaranya saja sehingga dalam hal akademik kurang diawasi ketika di

rumah namun para guru tetap berusaha agar siswa di kedua kelas ini berkembang.

Saat observasi berlangsung, setiap guru yang mengajar selalu menasehati dan menegur siswa agar siswa rajin, semangat dalam belajar dan memiliki sikap atau perilaku yang positif. Menurut para guru siswa kelas 8D dan 8F adalah siswa yang “spesial” sehingga guru kerap malas ketik masuk ke kelas tersebut dan guru diharuskan selalu mengingatkan dan menasehati para siswa tersebut. Kedua kelas inipun kerap menjadi berbincangan guru untuk menemukan cara agar siswa di kedua kelas ini berkembang seperti siswa kelas yang lainnya. Kedua kelas ini sama-sama rendah dalam hal akademik maupun sikap namun sedikit ada perbedaan karakteristik yaitu kelas 8D lebih pasif artinya siswa cenderung lebih diam, melamun saat pembelajaran berlangsung dan kelas 8F lebih aktif artinya siswa cenderung lebih ramai dan berisik saat pembelajaran berlangsung. Menurut para guru, siswa kedua kelas ini merupakan siswa yang paling sulit diatur dibandingkan kelas lainnya namun memiliki kelebihan yaitu siswa lebih menyukai dan semangat hal praktik misalnya praktik menanam tanaman di air yang berwarna namun dalam hal lain yang membutuhkan kemampuan berpikir lebih seperti membuat laporan hasil praktik, siswa lebih sering menolak untuk mengerjakan. Ungkap guru IPA *”mereka bagusnya suka hal praktek mbak, kalo disuruh praktek wah sregap banget tapi kalo disuruh buat laporannya ya males-malesan”*



Fenomena-fenomena yang sudah dijabarkan menurut Misero & Hawadi (2012) dikenal dengan kesejahteraan psikologis bahwa remaja yang memiliki kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) yang positif ditandai dengan adanya ketenangan, kecerdasan emosional, mampu mengatasi tekanan, serta berpendidikan baik dibidang akademisnya. Adapun menurut Akhtar (2009) dalam penelitiannya menyatakan bahwa remaja yang memiliki tingkat kesejahteraan psikologis yang positif, yakni mampu bersikap positif terhadap diri sendiri, memiliki kemampuan untuk menumbuhkan emosi positif, adanya kepuasan batin, dan bahagia dalam menjalankan tugas. Kesejahteraan psikologis remaja sangat beragam, hal ini dapat dilihat dari hasil penelitian sebelumnya, terutama masih banyak remaja yang memiliki kesejahteraan psikologis rendah.

Fenomena dimana saat siswa mendapat nilai jelek siswa komplain dan menyalahkan guru sebagai sebab nilainya jelek artinya siswa kurang menerima dan mengevaluasi kekurangan yang mereka punya, hal ini termasuk dalam aspek penerimaan diri (*self acceptance*) dimana seseorang yang sadar akan keterbatasan yang dimilikinya serta dapat menerima kondisi dirinya, baik kondisi positif maupun negatif. Fenomena lain menurut hasil wawancara pada guru BK, siswa memiliki rasa empati yang kurang dilihat dari ketika ada infaq atau galang dana seperti untuk bencana atau ada yang meninggal siswa sering kabur keluar kelas dan tidak ikut sehingga tidak memberikan uangnya saat galang dana berlangsung, fenomena ini disebut dalam aspek hubungan positif dengan orang lain (*positive relation with*

*others*) dimana salah satu ciri aspek ini ditandai dengan memiliki sikap simpati dan empati terhadap kebutuhan dan kesejahteraan orang lain. Fenomena selanjutnya sikap siswa ketika diberi latihan soal di kelas, siswa tidak mengerjakannya melainkan melamun, bercanda dan mengandalkan beberapa teman yang mengerjakan alias melihat hasil jawaban temannya, fenomena ini disebut dalam aspek kemandirian (*autonomy*) dimana ciri kemandirian/otonomi yang negatif yaitu adanya ketergantungan terhadap orang lain, baik ketergantungan pada sikap maupun harapan hidup.

Fenomena saat pelajaran berlangsung siswa 8D dan 8F kerap ribut namun siswa bersikap cuek dan tidak saling menegur untuk tetap serius ketika pembelajaran. Saat pergantian jam pelajaran ketika guru belum memasuki ruangan kelas, siswapun tidak pergi ke kantor untuk menanyakan guru yang bersangkutan, peneliti sempat menegur dan meminta ketua kelas untuk ke kantor untuk menanyakan guru pada jam itu namun ia menolak dan membiarkan kondisi kelas yang rebut, fenomena ini termasuk dalam aspek penguasaan lingkungan (*environmental mastery*) dimana salah satu ciri rendahnya dari aspek ini yaitu tidak mampu mengelola dan mengatur lingkungan yang sesuai dengan kebutuhan. Kemudian fenomena saat di kelas guru menegur dan menasehati siswa karena saat pembelajaran berlangsung siswa tidak serius, guru sempat berkata "*kalian kedepannya mau jadi apa kalau di kelas selalu gak serius, harapan kalian apa?*" namun siswa hanya diam tidak menjawab pertanyaan guru dan tetap tidak serius. Menurut hasil wawancara pada guru BK beberapa siswa belum mengetahui harapannya saat

ditanya apa cita-citanya dan pada sebagian siswa yang memiliki harapan untuk masa depannya guru harus selalu mengingatkan agar siswa berusaha untuk meraih harapannya tersebut, hal ini disebut dalam aspek tujuan hidup (*purpose in life*) dimana individu mengetahui apa tujuan hidupnya dan berusaha mencapainya.

Fenomena dari hasil observasi hari ke 3 di kelas 8D hanya 5 siswa dari 32 siswa yang tidak remedial pada mata pelajaran seni budaya, dan ketika remedial siswa kurang serius melainkan bercanda, mengobrol dan menyontek hasil kerjaan temannya. Siswa juga sering complain pada guru ketika diberi tugas tambahan atau tentang pengumpulan tugas yang menurut siswa terlalu cepat dan meminta guru untuk lebih mudah dan pengumpulan lebih lama. Ungkap para guru "*kelas D dan F itu yang paling banyak diremed tapi hasil remednyapun malah tambah jelek dari hasil ujian sebelumnya*" Hasil pengamatan selama 3 hari, siswa kelas ini memiliki rasa keinginan, motivasi dan inisiatif yang kurang terutama dalam bidang akademik seperti menulis catatan materi dari guru, tugas dan tanggung jawab lainnya. Fenomena ini disebut dalam aspek pertumbuhan pribadi (*personal growth*) dimana individu memiliki perubahan yang mencerminkan semakin meningkatnya pengetahuan pribadi dan mampu memahami pengembangan dalam diri dan perilakunya sepanjang waktu.

Berdasarkan fenomena diatas menggambarkan bahwa masih banyak remaja yang belum mencapai kesejahteraan psikologis yang baik dengan demikian, menurut Noriyu dalam Sukmasari (2016) perlu ada pendekatan

yang cocok bagi sekolah agar dapat mengatasi rendahnya kesejahteraan psikologis siswa (remaja), salah satu pendekatan yang dilakukan adalah melalui pelatihan agar lebih tangguh. Dari pelatihan tersebut diharapkan para remaja dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis remaja sehingga dapat menyeimbangkan potensinya secara optimal sehingga terhindar dari ancaman patologi sosial, *stress*, dan gangguan perkembangan lainnya.

Menurut peneliti kesejahteraan psikologis siswa juga dipengaruhi oleh metode pembelajaran dimana digunakan sesuai dengan tujuan yang hendak dicapai yaitu ingin mengetahui peningkatan keterampilan proses dan hasil belajar peserta didik setelah diterapkan model pembelajaran yang sesuai (Sugiyono, 2015).

Pendidikan yang seharusnya merupakan sebuah sarana dalam mengembangkan moral peserta didik, tetapi pada prosesnya sarana tersebut memiliki realitas yang kurang sesuai terutama pada fase remaja (pendidikan Menengah Pertama dan Atas). Hal ini sesuai dengan hasil observasi peneliti mengenai metode pembelajaran yang perlu lebih variatif sesuai dengan kebutuhan dan karakter siswa serta guna mendukung kesejahteraan psikologis siswa.

Untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis perlu adanya upaya yaitu salah satunya dengan melalui pelatihan kekuatan karakter. Kekuatan karakter sudah terbukti berpengaruh terhadap kesejahteraan psikologis dimana dari hasil riset yang dilakukan oleh Park, Peterson dan Seligman pada tahun 2004 tentang "*Stenghts of Character and Well-Being*" menginvestigasi

kekuatan karakter dan kesejahteraan psikologis pada 5.299 orang dengan menggunakan tiga sampel internet VIA-IS dan menghasilkan temuan bahwa kepuasan hidup dipengaruhi oleh aspek kekuatan karakter dan harapan (*hope*), keanggotaan dalam kelompok (*citizenship*), bersyukur (*gratitude*), cinta (*love*) dan keingintahuan (*curiosity*).

Menurut Peterson dan Seligman (2004), pelatihan penguatan karakter adalah salah satu metode untuk menyediakan penjelasan bagi remaja sehingga dengan adanya pelatihan dapat meningkatkan stabilitas kehidupan dan memiliki ketahanan dalam menghadapi masalah. Kebaikan dan kekuatan karakter memiliki hubungan yang tidak bisa dipisahkan karena kekuatan karakter dipandang sebagai unsur yang membangun kebajikan (*virtues*) terutama untuk para remaja. Kebajikan digolongkan menjadi enam kategori, yaitu kerifan dan pengetahuan (*wisdom and knowledge*), keteguhan hati (*courage*), kemanusiaan dan cinta kasih (*humanity and love*), keadilan (*justice*) pengendalian diri (*temperance*), dan transendensi (*transcendence*).

Kaitannya antara kekuatan karakter dengan kesejahteraan psikologis dibuktikan dari hasil penelitian Hausler dkk (2017) yang meneliti hubungan karakter individu dan dua jenis kesejahteraan yaitu subjektif *well-being* dan *psychological well-being*, menemukan bahwa kekuatan kebahagiaan yang mencakup harapan, semangat, rasa terimakasih, keingintahuan dan cinta terkait sebagian besar pada *psychological well-being* daripada subjektif *well-being* sehingga 24 kekuatan karakter secara umum menunjukkan korelasi yang

lebih kuat dengan *psychological well-being* daripada subjektif *well-being*. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa kepemilikan kekuatan karakter dapat secara signifikan dan kuat terkait fungsi positif.

Bukti lain ditemukan dari penelitian yang dilakukan oleh Wijayanti, dan Fivi (2010) menghasilkan bahwa adanya hubungan antara kekuatan karakter dengan kebahagiaan (*well-being*) pada suku Jawa. Suku Jawa memiliki tingkat yang tinggi pada kebahagiaan (*well-being*). Hal ini dipengaruhi oleh kekuatan karakter yang memberikan sumbangan dan pengaruh yang signifikan terhadap kebahagiaan (*well-being*) yaitu sebesar 48,6%. Terdapat tujuh kekuatan karakter yang paling menyumbang dan mempengaruhi terhadap kebahagiaan (*well-being*) atau kesejahteraan psikologis yaitu ketekunan dan vitalitas dari *virtue* keberanian, kreativitas, keingintahuan dan perspektif dari *virtue* kebijaksanaan dan pengetahuan, keadilan dari *virtue* keadilan dan Memaafkan/belas kasih dari *virtue* pengendalian diri.

Hasil penelitian Tim Psikolog dari Universitas Zurich bahwa ada pengaruh kekuatan karakter dengan kebahagiaan dibuktikan dari hasil penelitian dengan tema pelatihan "*Training character strengths makes you happy*" membuktikan bahwa pelatihan kekuatan karakter dapat melatih kekuatan rasa ingin tahu, rasa terima kasih, optimisme, humor dan antusiasme serta menunjukkan dampak meningkatnya kepuasan hidup bagi para peserta pelatihan (Proyer, Ruch dan Buschor 2013). Hal ini sejalan dengan pendapat Bartam dan Boniwell (2007) menyatakan bahwa

kesejahteraan psikologis, berhubungan kepuasan pribadi, harapan, kebersyukuran, ketenangan emosional, penerimaan diri positif maupun negatif, senang-bahagia, percaya diri, optimisme dan memiliki kemampuan untuk mengaktualisasikan diri. Kekuatan karakter (*character strengths*) yang terdiri dari 6 *virtues* yang didalamnya mencakup sebanyak 24 kekuatan karakter dengan melalui pelatihan diharapkan dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis pada remaja.

Berdasarkan paparan latar belakang diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian “Peningkatan Kesejahteraan Psikologis (*psychological-wellbeing*) Pada Remaja Melalui Pelatihan Kekuatan Karakter (*Character Strengths*).

### **B. Rumusan Masalah**

Adapun rumusan masalah dalam penelitian ini; “Adakah Pengaruh Pelatihan Kekuatan Karakter (*Character Strengths*) terhadap peningkatan Kesejahteraan Psikologis Pada Remaja”

### **C. Tujuan Penelitian**

Adapun tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui Pengaruh Pelatihan Kekuatan Karakter (*Character Strengths*) terhadap peningkatan Kesejahteraan Psikologis Pada Remaja”

#### **D. Manfaat Penelitian**

Adapun manfaat penelitian ini, antara lain:

1. Secara Teoritis
  - a. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan pengetahuan di bidang pendidikan Ilmu Psikologis, khususnya kajian kekuatan karakter dalam kesejahteraan psikologis remaja.
  - b. Dapat dijadikan acuan serta referensi terutama yang mengangkat penelitian dengan topik yang sama.
2. Secara Praktis
  - a. Bagi Remaja
    - 1) Dapat memberikan gambaran kepada remaja terhadap pentingnya Kekuatan Karakter.
    - 2) Dapat memberikan gambaran kepada remaja terhadap pentingnya kesejahteraan psikologis.
  - 3) Bagi Sekolah

Sebagai bahan masukan bagi guru tentang pentingnya kekuatan karakter pada kesejahteraan psikologis remaja.

#### **E. Keaslian Penelitian**

Melihat dari Tabel 18 Keaslian Penelitian dapat dibuktikan bahwa terdapat perbedaan dari penelitian sebelumnya. Beberapa penelitian terdapat kesamaan pada variable independen dan dependen namun berbeda dengan metode penelitian yang digunakan yakni penelitian sebelumnya menggunakan



metode kuantitatif yang meneliti hubungan kedua variable sedangkan penelitian yang dilakukan oleh peneliti menggunakan metode kuantitatif eksperimen yang meneliti pengaruh dari sebuah pelatihan kekuatan karakter terhadap peningkatan kesejahteraan psikologis. Penelitian sebelumnya juga terdapat kesamaan pada metode penelitian namun perbedaan ada pada variable dependen. Perbedaan juga terlihat pada tujuan penelitian dimana penelitian sebelumnya bertujuan untuk meneliti adanya hubungan dan mengukur kekuatan karakter mana yang paling berpengaruh terhadap kesejahteraan psikologis, sehingga hal ini jelas berbeda dengan penelitian yang akan dilakukan peneliti dimana kekuatan karakter dijadikan sebuah pelatihan yang harapannya dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis.

Peneliti tertarik menyusun sebuah pelatihan kekuatan karakter melalui bukti-bukti penelitian sebelumnya bahwa kekuatan karakter dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis. Penelitian ini berangkat dari penelitian sebelumnya dimana penelitian ini lebih memodifikasi menjadikan kekuatan karakter sebagai sebuah pelatihan untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis. Pada kesimpulannya keaslian penelitian yang akan dilakukan belum diteliti oleh peneliti sebelumnya.

Rincian dari penelitian terdahulu terkait dengan kekuatan karakter dengan kesejahteraan psikologis dapat dilihat pada lampiran halaman 126 (Tabel 18).