

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Kepuasan Hidup (*Life Satisfaction*)

1. Definisi Kepuasan Hidup (*Life Satisfaction*)

Diener & Scollon (Hamdana & Alhamdu, 2015) menjelaskan bahwa kepuasan hidup merupakan salah satu komponen utama kesejahteraan individu. Menurut Diener, dkk. (1985), kepuasan hidup yaitu menunjuk pada proses penilaian kognitif individu. Dapat dikatakan bahwa kepuasan hidup merupakan salah satu komponen pokok dari kesejahteraan individu dan didefinisikan sebagai penilaian kognitif individu mengenai kepuasan hidup secara global (Pavot & Diener, 1993).

Kepuasan hidup secara global diartikan sebagai penilaian terhadap kehidupan secara umum dan bagian-bagian spesifik kehidupan individu, seperti kepuasan dalam lingkup keluarga, teman, komunitas dan kepuasan terhadap diri sendiri (Huebner, 1991). Diener (Mahanta & Aggarwal, 2013) menambahkan bahwa, kepuasan hidup berhubungan dengan pengalaman-pengalaman nyata individu selama rentang kehidupan, seperti di sekolah atau universitas, pekerjaan dan keluarga. Apabila kualitas hidup individu secara global meningkat, maka kepuasan hidup akan meningkat (Peterson, dkk., 2005; Singh & Jha, 2008).

Menurut Shin & Johnson (Pavot & Diener, 1993), kepuasan hidup diukur oleh individu berdasarkan kriteria-kriteria yang ditetapkan oleh individu itu

sendiri. Diener, dkk. (1985) menambahkan untuk mendapatkan ukuran tingkat kepuasan yang tepat, penilaian terhadap kepuasan hidup tergantung pada perbandingan antara keadaan atau peristiwa sebenarnya dengan harapan individu, sehingga penilaian kepuasan hidup bersifat subjektif, karena standar kepuasan ditentukan oleh individu itu sendiri.

Berdasarkan definisi kepuasan hidup (*life satisfaction*) dari beberapa ahli di atas, Diener & Biswar (Ulfah & Mulyana, 2014) menyimpulkan bahwa tingkat kepuasan hidup dapat dilihat dari tingginya penilaian yang ditunjukkan oleh individu pada kelima komponen kepuasan hidup, yaitu keinginan untuk mengubah kehidupan, kepuasan terhadap kehidupan saat ini, kepuasan hidup di masa lalu, kepuasan terhadap kehidupan di masa mendatang dan penilaian individu terhadap kehidupannya.

2. Aspek-Aspek Kepuasan Hidup (*Life Satisfaction*)

Menurut Huebner (2004) terdapat dua ukuran model kepuasan hidup, yaitu *unidimensional* dan *multidimensional*. *Unidimensional* mengungkap kepuasan hidup dengan cara memberi kebebasan individu untuk menggunakan kriteria yang dipilih sendiri dalam menentukan kepuasan hidup secara keseluruhan. Dalam pengukuran *unidimensional*, item-item yang digunakan bersifat bebas dari konteks. Sebagai contohnya, yaitu *The Satisfaction with Life Scale* (SWLS) dari Diener, dkk., (1985) yang menampilkan ukuran kepuasan hidup individu secara global.

Diener & Biswar (Ulfah & Mulyana, 2014) menjelaskan lima komponen kepuasan hidup dalam *The Satisfaction with Life Scale* (SWLS), meliputi: keinginan untuk mengubah kehidupan, kepuasan terhadap kehidupan saat ini, kepuasan hidup di masa lalu, kepuasan terhadap kehidupan di masa mendatang dan penilaian individu terhadap kehidupannya.

Kelima komponen tersebut mewakili 5 item pernyataan dalam *The Satisfaction with Life Scale* oleh Pavot & Diener (1993), yaitu:

- a. Pada sebagian besar aspek, hidup saya telah mendekati ideal.
- b. Kondisi yang ada dalam hidup saya telah sangat baik.
- c. Saya merasa puas dengan hidup saya.
- d. Sejauh ini, saya telah mendapatkan hal-hal penting yang saya inginkan dalam hidup saya.
- e. Bila saya dapat mengulang kembali hidup saya, saya hampir tidak akan mengubah apapun.

Model pengukuran secara multidimensional, yaitu individu dituntut untuk melakukan evaluasi atas kehidupannya pada dimensi-dimensi yang dianggap penting oleh peneliti. Sebagai contohnya, yaitu dimensi keluarga, teman, diri, sekolah dan lingkungan tempat tinggal yang dianggap penting untuk mengungkap kepuasan hidup (Huebner, 2004). Terdapat beberapa dimensi untuk mengukur kepuasan hidup individu menurut Huebner (2004), antara lain :

a. Keluarga

Keluarga merupakan salah satu pendukung sosial yang dapat mempengaruhi tingkat kepuasan hidup individu. Upaya intervensi dari ketidakpuasan hidup dapat diperoleh dari pengalaman yang terjadi di dalam lingkungan keluarga.

b. Teman

Teman merupakan salah satu faktor eksternal yang memiliki kontribusi terhadap kualitas hidup individu. Hubungan baik dengan teman merupakan domain positif yang dapat mempengaruhi kepuasan hidup individu, seperti membangun komitmen persahabatan, membangun kepercayaan dan loyalitas serta saling menyukai.

c. Sekolah

Sekolah memiliki pengaruh terhadap kepuasan hidup individu. Sekolah berperan dalam menjalankan peran dan fungsi sebagaimana mestinya. Peran sekolah memberikan pengaruh pada proses pengembangan intelektual dan efektivitas akademik.

d. Diri

Kesejahteraan psikologis dipertimbangkan berdasarkan indikator positif. Indikator positif tersebut merupakan kepuasan dasar terhadap diri sendiri.

e. Lingkungan Tempat Tinggal

Lingkungan tempat tinggal yang dimaksud yaitu lingkungan rumah dan lingkungan sosial masyarakat. Lingkungan tempat tinggal

mempengaruhi karakter fisik dan interpersonal di dalam rumah, kualitas pribadi individu, keamanan, komunitas, teman-teman dan ikatan sosial.

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa terdapat dua kriteria pengukuran untuk mengungkap kepuasan hidup individu, yaitu secara *unidimensional*, yaitu *The Satisfaction with Life Scale* (SWLS) dari Diener, dkk. (1985) yang memiliki lima komponen kepuasan hidup dan secara *multidimensional* dari Huebner (2004) yang memiliki lima dimensi, yaitu dimensi keluarga, teman, diri, sekolah dan lingkungan tempat tinggal yang dianggap penting untuk mengungkap kepuasan hidup.

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan ukuran kepuasan hidup yang dikemukakan oleh Diener, dkk. (1985) karena dapat mengukur kepuasan hidup individu secara global dan kepuasan hidup diukur berdasarkan penilaian dari individu itu sendiri yang mencakup lima item indikator kepuasan hidup.

3. Faktor yang Mempengaruhi Kepuasan Hidup (*Life Satisfaction*)

Menurut Diener & Ryan (2015) terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi kepuasan hidup (*life satisfaction*), antara lain:

a. Hubungan Sosial

Kepuasan hidup dapat dipengaruhi oleh jumlah teman-teman dan anggota keluarga yang dimiliki (Diener & Biswas-Diener, 2008; Diener & Ryan, 2015). Selain itu, kepuasan hidup dipengaruhi oleh kecenderungan individu untuk memiliki hubungan yang lebih dekat dan memperoleh

dukungan dari hasil hubungan sosial tersebut (Diener & Biswas-Diener, 2008; Diener & Ryan, 2015).

b. Pekerjaan dan Pendapatan

Kepuasan hidup individu dipengaruhi oleh keadaan dan tingkat status ekonomi serta kesuksesan pekerjaan. Individu yang menikmati pekerjaannya dianggap memiliki kepuasan hidup yang tinggi, dimana kepuasan tersebut berpengaruh terhadap peningkatan kreativitas, produktivitas dan dapat dipercaya dapat meningkatkan hasil kerjanya. Tingkat pendapatan juga berpengaruh terhadap kepuasan hidup individu.

c. Kesehatan dan Umur Panjang

Individu akan berperilaku sehat dan mempraktikkan gaya hidup sehat untuk memperoleh kesehatan yang maksimal serta memiliki umur panjang. Dengan kondisi yang sehat dan memiliki umur panjang, individu dapat lebih maksimal dalam memenuhi segala apa yang dikehendakinya, seperti meraih jabatan atau kedudukan, meraih prestasi maupun pemenuhan kebutuhan hubungan sosial. Kesehatan fisik dan psikis untuk memperoleh umur panjang dipengaruhi oleh tingkat hubungan sosial dengan lingkungannya dan dukungan sosial yang diterima.

d. Kebermanfaatan Individu secara Sosial

Kepuasan meningkat ketika individu dapat berguna terhadap lingkungan sosialnya, seperti misalnya individu bersedia menjadi sukarelawan dalam suatu komunitas dan bergabung dalam suatu kelompok amal.

Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kepuasan hidup menurut Diener (1984), antara lain :

a. Hubungan sosial

Secara umum ada dua aspek penting dari hubungan sosial yang positif, yaitu dukungan sosial dan keterikatan secara emosional.

b. Ras

Terdapat perbedaan tingkat kebahagiaan dan kepuasan hidup antara individu ras kulit putih dengan ras kulit hitam. Individu ras kulit hitam cenderung memiliki tingkat kepuasan hidup yang lebih rendah dibandingkan individu ras kulit putih Amerika

c. Pekerjaan

Individu yang memiliki pekerjaan terbukti memiliki tingkat kepuasan hidup yang lebih tinggi daripada individu yang tidak bekerja.

d. Umur

Umur berpengaruh terhadap tingkat kepuasan hidup. Orang yang lebih tua cenderung lebih banyak merasakan kebahagiaan dibandingkan anak muda, karena orang yang lebih tua memandang kehidupannya dengan cara yang positif.

e. Pendidikan

Pendidikan memiliki pengaruh positif terhadap individu karena menjadi pendukung untuk meningkatkan aspirasi dan menyiapkan individu dalam menjalani berbagai macam hal dalam kehidupannya (Campbell's, 1981; Diener, 1984).

f. Jenis kelamin

Perbedaan penilaian individu terhadap kepuasan hidup berdasarkan jenis kelamin mengalami perubahan seiring tahap perkembangan. Pada wanita ditemukan lebih bahagia dibandingkan laki-laki pada usia muda, namun sebaliknya pada usia tua, laki-laki ditemukan menjadi merasa lebih bahagia dibandingkan dengan perempuan. Perbedaan ini tidak terlalu berpengaruh lagi terhadap kepuasan dan kebahagiaan ketika memasuki usia sekitar 45 tahun.

g. Agama

Agama menimbulkan perasaan positif dalam menjalani kehidupan dan agama menjadi salah satu yang berpotensi menjadi pendukung dalam kehidupan individu.

h. Pendapatan

Studi terdahulu membuktikan bahwa tingkat pendapatan dapat meningkatkan kepuasan hidup. Namun, seiring berjalannya waktu, pendapatan secara langsung tidak mempengaruhi kepuasan individu karena seringkali ketika pendapatan naik, stres menjadi meningkat dan menghambat kepuasan hidup untuk naik.

i. Pernikahan dan Keluarga

Pernikahan dan hubungan keluarga berpengaruh terhadap kepuasan hidup. Menurut Glenn (Diener, 1984), meskipun wanita yang telah menikah memiliki tingkat stres yang tinggi daripada wanita yang belum menikah, namun mereka juga menunjukkan kepuasan hidup yang tinggi.

j. Peristiwa-peristiwa yang terjadi selama kehidupan

Setiap peristiwa memiliki pengaruh terhadap kepuasan hidup individu. Berbagai peristiwa dalam hidup individu menimbulkan berbagai macam perasaan, seperti senang, puas atau traumatis.

k. Aktivitas

Aktivitas berpengaruh terhadap kepuasan hidup, misalnya individu yang melakukan lebih banyak aktivitas positif dan berguna dapat meningkatkan kepuasan individu.

l. Kepribadian

Terdapat hubungan antara *self-esteem*, optimis dan *extrovert* dengan kepuasan hidup pada remaja. *Self-esteem* merupakan penilaian individu terhadap potensi yang dimiliki dan kemampuan menerima kekurangan diri, yang memiliki peran dalam menentukan perilaku individu melalui proses berpikir, pengendalian emosi dan pencapaian tujuan hidup. Sedangkan Individu yang memiliki kepribadian *extrovert*, maka dirinya akan lebih terbuka dan mudah untuk berinteraksi dengan individu lain dan lebih menerima kondisi diri maupun kejadian yang dialami.

Menurut Saric, Zganec & Sakic (2009), terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi kepuasan hidup pada remaja, antara lain sebagai berikut :

a. Jenis Kelamin

Berdasarkan hasil penelitian Saric, Zganec & Sakic (2009), remaja putri memiliki tingkat kepuasan hidup rendah dibandingkan remaja putra.

b. *Self-Esteem*

Self-esteem yang tinggi sama halnya dengan penilaian diri yang positif. *Self-esteem* berpengaruh terhadap kepuasan hidup remaja. Begitu pula menurut Diener & Diener (Snyder & Lopez, 2002) bahwa *self-esteem* berpengaruh kuat terhadap kepuasan hidup.

c. Dukungan orangtua dan Dukungan Teman Dekat

Dukungan keluarga dan teman dekat berfungsi bagi remaja sebagai sumber pengayoman dan petunjuk serta untuk melindungi diri dari faktor-faktor berbahaya, seperti stres.

d. Status Ekonomi Keluarga

Status ekonomi keluarga berpengaruh terhadap kepuasan hidup remaja. Status ekonomi yang semakin tinggi, maka kebutuhan material individu akan semakin terpenuhi karena kemudahan finansial dan terpenuhinya fasilitas. Hal tersebut pengaruh terhadap tingkat kepuasan hidup.

Menurut Kapikiran (2013), terdapat dua faktor yang mempengaruhi kepuasan hidup remaja, yaitu :

a. *Self-Esteem*

Self-esteem merupakan salah satu variabel kepribadian yang cukup konsisten berkaitan dengan kepuasan hidup. *Self-esteem* mengacu pada suatu penilaian individu mengenai kelayakan dirinya dan menunjukkan sejauh mana individu percaya dirinya mampu, signifikan, sukses, dan berharga. Sebagian besar individu dengan *self-esteem* yang tinggi menjalani

kehidupan yang bahagia dan produktif, sedangkan individu dengan *self-esteem* yang rendah memiliki persepsi negatif dalam memandang diri dan lingkungannya.

b. *Social Support*

Dukungan sosial merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi kepuasan hidup remaja. Dukungan sosial menyediakan bantuan dan menciptakan perasaan nyaman bagi penerima, sehingga dapat meningkatkan kepuasan hidup individu.

Berdasarkan uraian Diener (2015), individu cenderung untuk memperoleh dukungan dari lingkungan sosial untuk meningkatkan kepuasan hidupnya. Didukung oleh pernyataan Mahanta & Aggarwal (2013) bahwa, semakin tinggi dukungan sosial yang diperoleh, maka semakin tinggi pula kepuasan hidup remaja. Mengacu pada Kapikiran (2013) yang menjelaskan bahwa dukungan sosial merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi kepuasan hidup, penelitian ini menggunakan dukungan sosial sebagai variabel bebas.

B. Dukungan Sosial

1. Definisi Dukungan Sosial

Shumaker & Brownell (Zimet, dkk., 1988) memberikan definisi bahwa, dukungan sosial adalah pertukaran sumber-sumber, yaitu berupa dukungan yang dilakukan minimal oleh dua individu yang disadari oleh pemberi maupun penerima yang bertujuan untuk meningkatkan kesejahteraan penerima. Sama

halnya dengan penjelasan Frey & Rothlisberger (1996), bahwa dukungan sosial merupakan ketentuan dan efek dari dukungan yang diperoleh melalui hubungan secara luas yang ditentukan oleh individu yang dirasa telah cukup. Dukungan sosial menurut Lin (Zimet, dkk., 1988) yaitu proses penilaian individu terhadap bantuan yang diberikan yang terdiri dari informasi atau nasehat, baik bersifat verbal maupun tidak verbal, perhatian, bantuan instrumental, diperoleh dari komunitas, hubungan sosial dan *partner* yang dipercaya.

Dukungan sosial yang diperoleh individu dari lingkungan sosialnya dapat berasal dari sumber-sumber yang berbeda, misalnya dari pasangan suami-istri atau orang tercinta, keluarga, teman, *partner* kerja, psikolog, organisasi atau komunitas (Sarafino, 1994). Suatu jaringan sosial dapat menghasilkan bantuan maupun dukungan yang dibutuhkan individu, yaitu berupa bantuan dalam bentuk emosional, instrumental dan finansial (Sener, 2011). Hal tersebut sesuai dengan pendapat Walen & Lachman (2000), bahwa dukungan sosial dioperasionalkan sebagai persepsi yang dirasakan individu mengenai kepedulian dan kepahaman yang diperoleh dari suatu jaringan atau hubungan sosial, seperti sumber bantuan dan dukungan yang diperoleh individu dari keluarga, teman, *partner* kerja dan orang lain yang dapat menimbulkan perasaan nyaman bagi individu.

Hal tersebut sejalan dengan pengertian dari Jacob (Orford, 1992) bahwa, dukungan sosial merupakan bentuk tingkah laku yang menimbulkan perasaan nyaman, menyebabkan individu yakin bahwa dirinya dihargai dan dicintai oleh

orang lain serta bersedia memberikan perhatian, kenyamanan kepada diri individu. Menurut Sheridan & Radmascher (1992), dukungan sosial merupakan kehadiran orang lain yang dapat menyebabkan individu percaya bahwa dirinya dicintai, diperhatikan dan merasa bahwa dirinya merupakan bagian dari kelompok sosial, yaitu keluarga, teman dekat dan rekan kerja. Procidano & Heller (Dahlem, Zimet & Walker, 1991) menambahkan bahwa keluarga dan teman dapat menjadi sumber utama dukungan sosial.

Dari beragam pendapat yang dikemukakan para ahli tersebut, dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial dapat diperoleh dari tiga sumber, yaitu keluarga, teman-teman dan orang yang dianggap penting (*significant other*), dimana dukungan tersebut dapat menimbulkan perasaan nyaman, diperhatikan dan sejahtera (Dahlem, Zimet & Walker, 1991).

2. Dimensi Dukungan Sosial

Menurut Zimet, dkk. (1988), Dahlem, Zimet & Walker (1991), Walen & Lachman (2000), Mitchell & Zimet (2000), Edwards (2004), Kazarian & McCabe (1991) terdapat tiga dimensi dukungan sosial, antara lain keluarga, teman dan orang yang dianggap penting (*significant other*).

a. Keluarga

Menurut Zimet, dkk. (1988) keluarga merupakan sumber dukungan yang dapat mengubah hidup individu. Zimet, dkk. (1988) dalam penelitiannya menjelaskan bahwa keluarga merupakan pilihan yang paling banyak dipilih oleh individu sebagai sumber dukungan utama. Hal tersebut

mendukung pernyataan dari Holahan & Moos (Zimet, dkk., 1988) bahwa keluarga dan hubungan kerja yang terjalin dalam keluarga merupakan sumber kekuatan dukungan yang nyata.

b. Teman

Dukungan yang berasal dari teman yaitu dukungan yang diberikan oleh teman kepada individu untuk memberikan bantuan dan meringankan permasalahan yang sedang dimiliki individu. Kelompok teman memiliki hubungan yang lebih luas daripada keluarga karena lebih menyediakan dukungan yang nyata dalam permasalahan sehari-hari.

c. Orang lain yang dianggap penting (*Significant Other*)

Dukungan dari orang lain yang dianggap penting (*significant other*), yaitu dukungan yang diberikan oleh orang lain yang dianggap penting (*significant other*) kepada individu dengan tujuan untuk memberikan bantuan ketika individu memiliki permasalahan. Orang lain yang dianggap penting (*significant other*) dapat merupakan orang yang mendukung atau spesial bagi individu, seperti pasangan kekasih, psikoterapis, suami atau istri, pengurus panti asuhan, pendeta dan orang lain yang dipercayai individu, di luar dari lingkup keluarga dan teman sebaya (Zimet, dkk., 1990).

Cohen & McKay (Cutrona & Russel, 1990; House, 1984; Schafer, Coyne & Lazarus, 1981; Wills, 1984; Sarafino, 1994) menjelaskan bahwa terdapat lima aspek dukungan sosial, antara lain :

a. Dukungan Emosional

Terdiri dari ekspresi seperti perhatian, empati dan turut prihatin kepada individu. Dukungan ini menyebabkan penerima dukungan merasa nyaman, tenang kembali, merasa dimiliki dan dicintai. Dukungan ini dapat berupa bantuan dalam bentuk semangat, kehangatan personal dan cinta dalam upaya memotivasi pekerjaan pasangan.

b. Dukungan Penghargaan

Dukungan ini melibatkan ekspresi yang berupa pernyataan setuju dan penilaian positif terhadap ide-ide, perasaan dan performa orang lain dalam lingkup pekerjaannya.

c. Dukungan Instrumental

Dukungan instrumental merupakan dukungan yang paling sederhana untuk didefinisikan, yaitu dukungan yang berupa bantuan secara langsung dan nyata seperti memberi atau meminjamkan uang atau membantu meringankan tugas individu.

d. Dukungan Informasi

Orang-orang yang berada disekitar individu akan memberikan dukungan informasi dengan cara menyarankan pilihan tindakan yang dapat dilakukan individu dalam mengatasi masalah. Dukungan ini dapat berupa nasehat, arahan, saran ataupun penilaian tentang bagaimana individu melakukan sesuatu.

e. Dukungan Kelompok

Dukungan kelompok merupakan dukungan yang dapat menyebabkan individu merasa bahwa dirinya merupakan bagian dari suatu kelompok dimana anggota-anggotanya dapat saling berbagi.

Terdapat empat aspek-aspek dukungan sosial menurut Terok, Bawotong & Untu (2012), antara lain :

a. Dukungan Emosional

Dukungan secara emosional untuk menurunkan dan meniadakan rasa cemas, tidak berdaya dan putus asa.

b. Dukungan Penghargaan

Dukungan penghargaan yaitu dukungan melalui ungkapan, penghargaan atau penilaian yang positif untuk individu, dorongan maju dan semangat. Bentuk dukungan ini membentuk perasaan dalam diri individu bahwa dirinya berharga, mampu dan berarti.

c. Dukungan Intrumental

Dukungan instrumental merupakan bantuan nyata atau bantuan langsung dan biasanya berbentuk bantuan secara finansial.

d. Dukungan Informatif

Dukungan informatif adalah dukungan yang diberikan dengan cara memberikan informasi berupa nasihat, saran atau pengarahan dan umpan balik untuk menyelesaikan suatu permasalahan.

Ada enam dimensi dukungan sosial menurut Weiss (Cutrona, 1987; Putra & Tresniasari, 2015), antara lain: *attachment* (kelekatan), *social*

integration (integrasi sosial), *reassurance of worth* (adanya pengakuan), *reliable alliance* (ketergantungan untuk dapat diandalkan), *guidance* (bimbingan), dan *opportunity for nurturance* (kesempatan untuk merasa dibutuhkan).

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan dimensi dukungan sosial menurut Zimet dkk (1988) yang terdiri dari tiga dimensi, yaitu dukungan sosial dari keluarga, dukungan sosial dari teman dan dukungan sosial dari orang yang dianggap penting (*significant other*).

C. Hubungan Dukungan Sosial dan Kepuasan Hidup (*Life Satisfaction*) Pada Remaja yang Tinggal di Panti Asuhan

Dukungan sosial merupakan salah satu faktor yang dapat meningkatkan kualitas hidup, terutama kepuasan hidup individu. Berdasarkan hasil penelitian Au, dkk. (Yeung & Fung, 2007; Onyisi & Okongwu, 2013), dukungan yang berasal dari keluarga, teman dan orang lain yang dianggap penting (*significant other*) dapat meningkatkan kepuasan hidup individu. Menurut Zimet, dkk. (1988), terdapat tiga dimensi dukungan sosial, yaitu keluarga, teman dan orang yang dianggap penting (*significant other*).

Berdasarkan hasil penelitian Adicondro & Purnamasari (2011), responden yang mendapatkan dukungan sosial yang cenderung tinggi dari keluarganya, yaitu berupa kehangatan, perhatian, dorongan, arahan dan bimbingan dari keluarga. Hal tersebut dapat menyebabkan individu merasa nyaman, diperhatikan dan puas dengan kehidupannya. Diperkuat dengan penjelasan Ningrum (Laurent, 2011;

Wijayanti, 2015) bahwa, orangtua menempatkan anaknya pada posisi penting dalam keluarga dan berusaha mengembangkan hubungan emosional yang hangat dengan anaknya, sehingga berbagai bentuk dukungan yang diperoleh individu menimbulkan perasaan senang, dicintai, dihargai dan mendapat manfaat secara emosional (Saslanto, 2016). Ketika remaja tinggal di panti asuhan, hubungan remaja dengan orangtua tidak terputus karena orangtua berkunjung ke panti asuhan atau remaja pulang ke rumah pada waktu-waktu tertentu, seperti pada saat liburan. Hal ini menyebabkan hubungan remaja dengan orangtua tidak terputus. Sehingga, meskipun remaja tinggal di panti asuhan, remaja dapat merasakan kepuasan pada hubungan keluarga yang dimiliki karena terpenuhinya perasaan nyaman, diperhatikan, kehangatan dan memperoleh dorongan dari keluarga. Semakin remaja puas terhadap hubungan keluarga maka dapat menyebabkan individu puas pada kehidupannya. Seperti halnya yang dijelaskan oleh Houser-Marko (Diponegoro, 2006) bahwa, kepuasan hidup akan tercapai apabila individu mencapai kepuasan terhadap hubungan keluarga.

Selain itu, menurut Santrock (2003), dukungan yang berasal dari keluarga memiliki peran penting terhadap kesehatan remaja. Sependapat dengan Elliot (Santrock, 2003), selain berperan dalam pemberian dukungan sosial, orangtua dan saudara yang lebih tua merupakan model penting bagi kesehatan remaja. Menurut Cohen & Syme (Retnowati & Munawarah, 2009), dukungan sosial memiliki peran besar dalam pemeliharaan kesehatan dan kesejahteraan individu secara umum. Tan & Karabulut (Gulacti, 2010) juga berpendapat bahwa, dukungan sosial memiliki pengaruh kuat terhadap peningkatan perbaikan kondisi kesehatan fisik

dan psikologis individu saat kondisi tertentu, seperti saat mengalami stres atau permasalahan. Hal ini diperkuat dengan pendapat dari Effendi & Tjahjono (Izzati & E, 2014), bahwa dukungan sosial berperan penting dalam memelihara keadaan psikologis individu yang mengalami tekanan, sehingga menimbulkan pengaruh positif yang dapat mengurangi gangguan psikologis, misalnya stres. Dengan demikian, dukungan sosial yang diperoleh dapat meminimalisir timbulnya permasalahan dan stres yang dimiliki remaja yang tinggal di panti asuhan.

Mar'at (2015) menambahkan, dukungan orangtua sangat diperlukan remaja untuk memberikan nasehat dan saran mengenai pengambilan keputusan dan rencana masa depan, misalnya program pendidikan. Remaja yang memperoleh kasih sayang dan dukungan dari orangtuanya, akan mengembangkan sikap positif dan rasa percaya diri terhadap masa depannya, yakin terhadap keberhasilan yang akan dicapainya, merasa lebih termotivasi untuk meraih apa yang dicita-citakannya untuk masa depan (Mar'at, 2015). Keberhasilan individu dalam meraih tujuan dan cita-cita yang diinginkan akan menimbulkan perasaan bahagia (Putri & Suprapti, 2014). Sheldon & Houser-Marko (Diponegoro, 2006) menambahkan, kepuasan hidup akan tercapai apabila terdapat kesesuaian antara apa yang diinginkan (tujuan) dengan kenyataan, menyangkut prestasi, kepuasan terhadap hubungan pertemanan dan kepuasan terhadap keluarga.

Didukung oleh penjelasan Saric, Zganec & Sakic (2009) bahwa, dukungan orangtua merupakan faktor yang secara langsung dapat meningkatkan kepuasan hidup remaja. Menurut Cummins (Wulandari, 2013), adanya keterikatan emosional dalam hubungan keluarga dan tingginya persahabatan menjadi faktor

kuat yang dapat meningkatkan kepuasan hidup. Hal tersebut dikarenakan, keluarga menjadi tempat penting bagi remaja untuk memperoleh edukasi dasar dalam membentuk kemampuannya (Nisrima, Yunus & Hayati, 2016). Keluarga yang masih hidup merupakan salah satu alasan individu untuk terus berkembang maju meskipun tinggal di panti asuhan. Berkat edukasi dari keluarga, menimbulkan semangat dan kekuatan bagi individu meskipun dirinya tinggal di panti asuhan.

Diperkuat oleh penjelasan Saputri & Indrawati (2011), keluarga merupakan lingkungan pertama yang dikenal oleh anak untuk meningkatkan kemampuan proses sosialisasinya. Pengalaman sosial yang diperoleh pertama kali melalui lingkungan keluarga, berperan dalam menentukan hubungan sosial dimasa depan dan juga perilaku individu terhadap orang lain, terutama hubungan teman sebaya di lingkungan panti asuhan maupun di lingkungan sekolah (Ramanda & Ramdani, 2016). Hubungan sosial dalam lingkungan keluarga menciptakan dukungan positif yang diterima oleh remaja. Berdasarkan penjelasan Greenberg dkk (Frey & Rothlisberger, 1996), dukungan yang diberikan orangtua dapat meningkatkan *self-esteem* dan perkembangan kesehatan psikososial pada remaja. Diperkuat oleh Khan (2015), dukungan sosial memiliki peran yang signifikan dalam kehidupan praktik karena dukungan sosial dapat meningkatkan kepuasan hidup dan kesehatan mental, emosional, perilaku serta dapat mengatasi tekanan stres pada remaja. Hubungan sosial positif dan meningkatnya jumlah dukungan yang diperoleh dapat meningkatkan kebahagiaan dan kepuasan hidup remaja (Diener & Seligman, 2002).

Selain dari dukungan keluarga, dukungan sosial juga dapat diperoleh dari teman. Hubungan teman sebaya memiliki arti yang sangat penting bagi kehidupan remaja (Mar'at, 2015). Hubungan yang terjalin dengan teman sebaya berpengaruh terhadap fungsi-fungsi sosial dan psikologis yang penting bagi remaja (Hartup, 1982; Mar'at, 2015). Didukung oleh pernyataan Frey & Rothlisberger (1996), bahwa persahabatan menjadi semakin penting bagi remaja dan menjadi dasar dalam perkembangan kematangan sosial. Salah satu fungsi positif teman sebaya bagi remaja menurut Kelly & Hansen (Mar'at, 2015) yaitu, memperoleh dorongan emosional dan sosial serta menjadi lebih independen. Terutama bagi remaja yang tinggal di panti asuhan yang memiliki banyak kawan dengan nasib tidak jauh berbeda dengan dirinya, remaja akan saling memberikan dorongan emosional untuk meningkatkan kepercayaan diri.

Monga, dkk. (Anggraeni, 2009) menambahkan, teman dekat merupakan sumber dukungan sosial yang dapat memberikan rasa senang ketika individu mengalami suatu permasalahan. Selain itu, menurut Santrock (Hasan & Handayani, 2014), teman yang baik akan memberikan dukungan untuk bertahan terhadap stres. Didukung oleh Wulandari & Susilawati (2016), dukungan sosial dapat meningkatkan kemampuan remaja untuk dapat menyelesaikan masalah yang sedang dimiliki. Dapat dikatakan bahwa dukungan sosial yang diperoleh remaja yang tinggal di panti asuhan dapat meminimalisir tingkat stres yang dimiliki, sehingga remaja dapat merasakan kepuasan terhadap kehidupannya.

Selain itu, menurut Hightower (Mar'at, 2015), hubungan teman sebaya yang harmonis selama masa remaja dapat meningkatkan kesehatan mental yang

positif. Hal tersebut dikarenakan, guna memenuhi kebutuhan atas kebersamaan, ketentraman hati dan intimasi, remaja lebih banyak bergantung pada teman-temannya daripada orangtua mereka (Santrock, 2012). Begitu pula remaja yang tinggal di panti asuhan akan lebih sering bergantung pada teman-teman yang juga tinggal bersama di panti asuhan dimana dirinya kini tinggal. Alan (Anggraeni, 2009) menambahkan, di dalam persahabatan tercipta hubungan saling mendukung, saling memelihara, saling memberi dalam wujud suatu barang atau perhatian tanpa unsur eksploitasi. Berbagai dukungan yang diperoleh dari hubungan tersebut dapat meningkatkan kebahagiaan individu (Nurhidayah & Agustini, 2012). Sedangkan bagi orang dewasa, persahabatan menjadi semakin penting untuk meningkatkan semangat juang dalam menjalani kehidupan (Walen & Lachman, 2000). Pavot, Diener & Fujita (Myers, 2000; Nisfiannor, Rostiana & Puspasari, 2004) juga menjelaskan bahwa, individu dilaporkan merasakan bahagia pada saat bersama dengan orang lain.

Dukungan sosial dari orang yang dianggap penting (*significant other*) dapat diperoleh individu dari para pengurus panti asuhan dan guru di sekolah. Panti asuhan merupakan lembaga kesejahteraan sosial yang bertanggung jawab memberikan pelayanan pengganti dalam pemenuhan fisik, psikis dan sosial pada anak asuh, sehingga dapat memperoleh kesempatan yang lebih luas, tepat dan memadai bagi pengembangan kepribadian sesuai dengan yang diharapkan (Sulthoni & Sarmini, 2013). Agar anak tidak kehilangan suasana seperti dalam keluarga, panti asuhan berusaha memberikan pelayanan yang terbaik dan panti asuhan sekaligus menggantikan peran keluarga bagi anak terutama dalam

pemberian dukungan. Dukungan yang diperoleh individu dapat berupa motivasi, saran, petunjuk dan berbagai macam bentuk bantuan lainnya. Semakin banyaknya dukungan yang diperoleh individu, diharapkan dapat meningkatkan kepuasan hidup yang dimiliki remaja yang tinggal di panti asuhan di Yogyakarta. Kemudian, pengurus panti asuhan juga berperan dalam menunjang keberlanjutan pendidikan bagi anak-anak di panti asuhan dengan memberikan fasilitas pendidikan yang ada, seperti misalnya pendidikan di sekolah formal.

Selain dari pengurus panti asuhan, dukungan sosial dapat diperoleh individu dari guru di sekolah. Guru merupakan orangtua kedua setelah orangtua kandung, sehingga peran guru di sekolah sangat penting bagi remaja. Peranan guru sangat diperlukan dalam masa perkembangan anak usia remaja agar anak tidak terpengaruh lingkungan sekitar yang dapat membawa dampak negatif terhadap perkembangan dan masa depan anak (Kusumaningrum, 2014). Guru memiliki peran penting dalam membentuk karakter siswa (Kusumaningrum, 2014). Guru memberikan teladan dan nasehat baik secara lisan maupun secara tindakan. Selain itu, peran dan keberadaan guru di sekolah dapat memberikan berbagai macam bentuk bantuan yang dapat meningkatkan kebahagiaan maupun kesejahteraan siswa.

Salah satu bentuk bantuan yang diberikan guru pada muridnya yaitu berupa dukungan, motivasi, saran, nasehat, kritik, teladan dan contoh secara lisan maupun tindakan. Setiap guru memberikan dukungan yang terbaik untuk siswanya agar dapat mencapai kesuksesan masa depan. Guna melengkapi kebutuhan siswa, di setiap sekolah memberikan fasilitas bimbingan konseling

(BK) kepada setiap siswanya yang membutuhkan, sehingga siswa dapat berkonsultasi mengenai permasalahannya kepada guru BK. Dari hasil bimbingan tersebut, diharapkan dapat memberikan kenyamanan, jalan keluar dari permasalahan, meningkatkan intimitas antar guru dan murid.

Berdasarkan penjelasan tersebut dapat kita pahami bahwa pentingnya dukungan sosial pada setiap individu, terutama bagi remaja yang tinggal di panti asuhan. Remaja yang memiliki tingkat dukungan sosial yang tinggi cenderung memiliki kepuasan hidup yang tinggi. Hal ini dapat dikarenakan dukungan sosial memberikan dorongan positif bagi remaja yang tinggal di panti asuhan untuk dapat menerima keadaan hidupnya, menciptakan kebahagiaan, lebih optimis dan bersyukur dengan keadaan. Dukungan sosial juga menyebabkan individu mampu mengembangkan harga diri, meminimalkan masalah-masalah psikologis, meningkatkan kemampuan memecahkan masalah dan membuat individu menjadi pribadi yang sehat secara fisik (Ulfah & Mulyana, 2014). Selain itu, dengan adanya dukungan sosial dari berbagai pihak, menjauhkan individu dari pikiran-pikiran negatif, seperti putus asa, perilaku kriminal, keinginan untuk bunuh diri dan tindakan merugikan lainnya yang dapat berimbas pada masa depan.

Menurut Johnson & Johnson (Adicondro & Purnamasari, 2011) ada empat manfaat dukungan sosial, pertama dukungan sosial dihubungkan dengan pekerjaan akan meningkatkan produktivitas. Individu yang tinggal di panti asuhan memiliki kesadaran bahwa dirinya juga memiliki tanggung jawab untuk melaksanakan piket kerja, seperti membersihkan ruangan maupun halaman panti dan piket memasak untuk makan bersama bagi penghuni panti. Dukungan berupa

semangat, nasehat dan saran sangat dibutuhkan oleh individu agar individu tidak malas dan selalu bersedia membantu serta melaksanakan tugas piketnya dengan ikhlas. Dukungan tersebut dapat berasal dari pemilik atau pengurus panti, teman-teman yang tinggal di panti asuhan dan dukungan dari keluarga individu. Apabila individu sadar akan tanggung jawabnya, dapat menerima lingkungannya dengan ikhlas, meningkatnya dukungan yang diperoleh individu maka, individu akan lebih bersemangat dan lebih merasa puas ketika melaksanakan pekerjaannya.

Manfaat kedua dukungan sosial menurut Johnson & Johnson (Adicondro & Purnamasari, 2011), yaitu meningkatkan kesejahteraan psikologis dan penyesuaian diri. Remaja yang baru tinggal atau belum lama tinggal di panti asuhan tentunya perlu beradaptasi dengan lingkungan di panti asuhan. Individu akan memiliki banyak kawan yang nasibnya tidak jauh berbeda dengan dirinya, sehingga hal tersebut akan mempermudah bagi individu untuk dapat saling mengenal, saling bercerita mengenai kehidupan masing-masing, saling meminta dan memberikan saran atau pendapat serta saling melakukan aktivitas bersama. Didukung oleh pernyataan Rahma (2011), bahwa dukungan sosial yang diterima individu dapat meningkatkan kemampuan penyesuaian diri remaja yang tinggal di panti asuhan, sehingga individu memiliki hubungan sosial yang positif dengan lingkungannya.

Manfaat ketiga dukungan sosial menurut Johnson & Johnson (Adicondro & Purnamasari, 2011), yaitu memperjelas identitas diri dan meningkatkan harga diri. Dukungan sosial yang diterima remaja dari lingkungannya, baik berupa dorongan semangat, perhatian, penghargaan, bantuan dan kasih sayang menyebabkan

remaja merasa dirinya dicintai, diperhatikan dan dihargai oleh orang lain, sehingga individu tersebut cenderung dapat mengembangkan sikap positif terhadap dirinya sendiri, lebih menerima dan menghargai dirinya sendiri (Kumalasari & Ahyani, 2012). Apabila individu yang tinggal di panti asuhan memperoleh dukungan sosial yang tinggi, maka harga diri semakin meningkat dan mampu menerima keadaan dirinya.

Kepercayaan diri yang tinggi akan harga diri pada individu yang tinggal di panti asuhan akan dapat meningkat dengan adanya dukungan yang diperoleh dari orang lain, seperti orangtua, keluarga, teman, guru, pemilik dan pengurus panti asuhan. Tingginya tingkat percaya diri dan harga diri mendorong individu untuk dapat mengembangkan potensi dan kemampuannya secara lebih baik serta meningkatkan kepuasan dalam diri individu tersebut. Diener (Rini, 2013; Ulfah & Mulyana, 2014) menyatakan bahwa individu akan merasa lebih bahagia dan puas atas hidupnya ketika dirinya lebih optimis tentang masa depannya.

Manfaat keempat dukungan sosial menurut Johnson & Johnson (Adicondro & Purnamasari, 2011), yaitu meningkatkan dan memelihara kesehatan fisik serta pengelolaan terhadap stres atau tekanan. Tidak sedikit remaja yang tinggal di panti asuhan yang terhindar dari berbagai permasalahan. Dalam kondisi seperti itu, dukungan sosial sangat diperlukan bagi individu. Kumalasari & Ahyani (2012) menjelaskan bahwa dukungan sosial melindungi individu terhadap konsekuensi negatif dari stres, misalnya dengan adanya dukungan sosial yang diperoleh menyebabkan individu merasa tenang, diperhatikan, dicintai, timbul rasa percaya diri dan dapat meningkatkan kepuasan hidup individu.

Pernyataan tersebut sekaligus menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara dukungan sosial terhadap kepuasan hidup, remaja yang memperoleh dukungan sosial yang tinggi kecenderungan untuk dapat merasa puas terhadap kehidupannya karena individu memperoleh dukungan dari berbagai pihak terutama ketika individu berada pada kondisi dimana dukungan sosial sangat diperlukan, seperti pada saat individu memiliki permasalahan ataupun stres.

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa remaja yang memiliki tingkat dukungan sosial tinggi akan mampu mencapai kepuasan hidup yang maksimal. Dukungan sosial memberikan nilai-nilai dan makna positif bagi kehidupan remaja yang tinggal di panti asuhan.

D. Hipotesis Penelitian

Ada hubungan positif antara dukungan sosial dan kepuasan hidup (*life satisfaction*) pada remaja yang tinggal di panti asuhan di Yogyakarta. Semakin tinggi dukungan sosial, maka semakin tinggi pula kepuasan hidup yang dimiliki oleh remaja di panti asuhan. Sebaliknya, semakin rendah dukungan sosial yang diperoleh, maka semakin rendah pula tingkat kepuasan hidup yang dimiliki oleh remaja di panti asuhan.