

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Penelitian

Mayoritas dari mahasiswa Indonesia merasa tertekan untuk membuktikan bahwa mahasiswa dapat sukses secara akademis sesuai dengan yang diharapkan oleh orang tuanya. Hal ini membuat mahasiswa memiliki tingkat stres akademik yang tinggi karena perasaan tertekan akan tuntutan akademik dari orang tua (Marie, 2018). Stres yang dialami mahasiswa ini merupakan salah satu indikator rendahnya kesejahteraan psikologis yang dimiliki. Hal ini dikarenakan, sebuah penelitian menyebutkan bahwa mahasiswa dengan kesejahteraan psikologis yang tinggi juga akan memiliki penyesuaian diri yang tinggi seperti dapat menilai diri maupun situasi secara realistis, menerima keadaan, dan mengontrol diri sehingga tidak akan merasa tertekan dengan segala kondisi yang dialaminya (Wulandari, 2016). Berdasarkan pernyataan tersebut menjadi dasar bahwa kesejahteraan psikologis pada mahasiswa merupakan hal yang penting yang perlu diperhatikan.

Dilansir oleh Marie (2018) dari *National College Health Assessment* di tahun 2014, terdapat data statistik sebanyak 33% mahasiswa mengalami depresi sekurang kurangnya selama setahun belakangan. Data dari Kementerian Ristekdikti menunjukkan bahwa terdapat 372.478 mahasiswa yang terdaftar pada perguruan tinggi negeri dan swasta pada provinsi D.I. Yogyakarta, 1.084.123 pada ibu kota D.K.I Jakarta, dan total keseluruhan mahasiswa terdaftar sebanyak 6.924.511 se Indonesia di tahun 2017 (Nirmala & Attamimi, 2017). Berdasarkan

data dari WHO, dari 300 juta orang se dunia yang menderita penyakit mental berupa depresi, 20% diantaranya mahasiswa Indonesia mencari perawatan dan konsultasi jiwa terkait tekanan yang mereka alami pada bidang akademis (SYS, 2017). Hal tersebut mengartikan bahwa kesejahteraan psikologis pada mahasiswa di Indonesia cukup rendah.

Kesejahteraan psikologis merupakan hal yang penting dan harus dimiliki oleh mahasiswa untuk meningkatkan keterampilan sosial mahasiswa selama masa studinya (Nugrani & Ramdhani, 2016). Beberapa hal penting tersebut seperti kemampuan kontrol diri atau pengaturan diri yang berpengaruh pada perilaku sosial dan meningkatkan kemampuan pengambilan keputusan sendiri (Evans, Dillon, Goldin, & Krueger, 2011). Memiliki kemampuan baik dalam membangun hubungan dengan orang lain juga merupakan hal penting yang dapat membuat individu tidak mudah stres, banyak pikiran, dan tidak mudah menilai buruk orang lain (Barber & Gambetta, 1992). Individu yang tidak mudah stres, memiliki hubungan yang baik dengan orang lain, dan memiliki ketrampilan sosial yang baik, menunjukkan bahwa individu dapat dikatakan memiliki kesejahteraan psikologis yang tinggi.

Mahasiswa harus dapat mengembangkan rasa kesadaran agar dapat menerima diri sendiri dan menghadapi tantangan hidup dengan cara mencoba menerima dan mengamati pengalaman di sekelilingnya (Awaliyah & Listiyandini, 2017). Mahasiswa sebagai individu yang sedang berada dalam masa transisi sehingga kesejahteraan psikologis yang optimal dibutuhkan untuk menghadapi tugas perkembangannya. Ryff, 1989; Ryff dan Keyes (1995) mengartikan

kesejahteraan psikologis merupakan suatu pencapaian penuh dari potensi psikologis dan suatu kondisi individu yang dapat menerima kekuatan dan kelemahan diri, memiliki tujuan hidup, mengembangkan relasi yang positif dengan orang lain, memiliki pribadi mandiri, mampu mengendalikan lingkungan, dan memiliki pertumbuhan pribadi baik. Marie (2018) dilansir dari IDN News menyatakan bahwa semakin dewasa, tantangan hidup dan tanggung jawab seseorang akan semakin berat. Hal ini biasanya dimulai saat memasuki fase mahasiswa. Banyaknya tugas dan tekanan yang dirasakan mahasiswa zaman sekarang mempengaruhi fisik dan kesehatan mentalnya.

Merujuk pada suatu penelitian, yang menunjukkan bahwa kelekatan orang tua dan teman sebaya dapat memprediksi kesejahteraan psikologis seperti adanya kepuasan hidup, memiliki harga diri yang tinggi, dan tidak adanya depresi (Moradabbasi & Asell, 2015). Salah satu kelekatan orang tua yang dimaksud adalah kelekatan ayah yang dijadikan salah satu variabel pada penelitian ini. Hal ini dikarenakan sudah cukup banyak penelitian yang lebih memfokuskan pada kelekatan orang tua atau kelekatan ibu. Zulkaisy dan Tjakrawiralaksana (2014) juga menyebutkan kaitannya dengan harga diri sebagai salah satu bentuk kemampuan penerimaan diri yang baik, yang mana harga diri adalah salah satu hal yang dapat mempengaruhi remaja akhir-dewasa awal dalam memenuhi tugas perkembangannya. Penerimaan diri yang dimiliki individu pada penelitian ini didapatkan dari seberapa besar tingkat kelekatan ayah yang dimiliki individu, karena penerimaan diri merupakan salah satu aspek yang menunjukkan tingkat kesejahteraan psikologis seseorang.

Al-qur'an sebagai kitab suci umat beragama Islam juga menjelaskan pentingnya seorang ayah bagi anak-anaknya. Sesuai dengan qur'an surat Yusuf ayat 24 yang memiliki arti

“Sesungguhnya wanita itu bermaksud (melakukan perbuatan itu) dengan Yusuf, dan Yusuf pun bermaksud (serupa) dengan wanita itu andaikan dia tidak melihat tanda (dari) Tuhannya. Demikianlah, agar Kami memalingkan dari padanya kemungkaran dan kekejian. Sesungguhnya Yusuf itu termasuk hamba-hamba Kami yang terpilih”.

Berdasarkan ayat tersebut, ditafsirkan bahwa tanda yang dimaksud dari ayat tersebut berupa bayangan Yakub sebagai ayah Yusuf. Yusuf melihat tanda yang diberikan oleh Allah yaitu tanda berupa bayangan ayahnya yang kecewa kepada Yusuf. Oleh karena itu, dapat dikatakan bahwa ayah merupakan benteng yang kuat bagi anak-anaknya dari perbuatan dosa. Ketika ayah tidak hadir di benak dan kehidupan anak, tidak akan tercatat pada memori anak tentang ayah, maka anak tidak dapat menghadirkan petunjuk dari Allah (Bahreisy & Bahreisy, 2006). Sejalan dengan tafsir di atas, sesuai dengan teori dari Ainsworth, Bell, dan Stayton (1974) yang menyebutkan bahwa pengalaman-pengalaman yang didapatkan dari sosok ayah akan mempengaruhi anak sepanjang rentang kehidupan.

Sejalan dengan permasalahan yang ditemukan penulis melalui observasi yang terdapat di lingkungan sekitar penulis bahwa terdapat salah satu mahasiswa yang kurang mendapatkan perhatian dari orang tua sehingga mahasiswa tersebut setiap harinya berusaha untuk mendapatkan perhatian dari orang tua ataupun orang di sekitarnya. Selain itu, mahasiswa kurang memiliki penerimaan diri yang tinggi seperti ketidakpuasan mahasiswa terhadap kemampuan akademik yang dimiliki mahasiswa yang menyebabkan mahasiswa mengalami penurunan tingkat

kepercayaan diri. Sehubungan dengan ketidakhadiran ayah sebagai petunjuk dari Allah dalam kehidupan manusia, yang mana kehadiran sosok ayah tidak hanya secara fisik namun dapat juga dalam bentuk perhatian. Fenomena pada mahasiswa tersebut menunjukkan bahwa kesejahteraan psikologis yang dimiliki mahasiswa cukup rendah dan kehadiran sosok ayah sangat diperlukan pada setiap tahap perkembangan anak.

Penelitian dari Purnama dan Wahyuni (2017) menemukan fakta bahwa adanya kelekatan pada ayah merupakan salah satu hal yang dapat mempengaruhi kompetensi sosial individu, atau dengan kata lain, kepercayaan pada diri anak akan meningkat, sejalan dengan kesejahteraan psikologis yang dimiliki. Kelekatan ayah sendiri diartikan oleh Armsden dan Greenberg (1987) sebagai suatu bentuk ikatan afeksional yang intensif serta bertahan lama dan terbentuk antara ayah dan anak berdasarkan konstruk kepercayaan, komunikasi, dan keterasingan. Komunikasi sebagai salah satu aspek kelekatan ayah yang menjadi salah satu bentuk kehadiran ayah terhadap anak sesuai dengan ayat yang diturunkan oleh Allah.

Seseorang yang memiliki kesejahteraan psikologis yang baik dapat dilihat dari bagaimana seseorang tersebut mampu menciptakan hubungan yang baik dengan orang lain dan membangun emosi yang lebih positif (Ahmadi, Azar, Sarchoghaei, & Nagahi, 2014). Hubungan yang dimaksud dapat berupa hubungan dengan orang lain, atau orang terdekat seperti hubungan individu dengan orang tua yang dibangun dengan adanya komunikasi antar orang tua dan anak. Primasti dan Wrastari (2013) menunjukkan pengaruh kesejahteraan psikologis mahasiswa

lainnya adalah adanya konflik keluarga yang berujung pada perceraian orang tua. Konflik keluarga ini lah yang menyebabkan mahasiswa dapat atau tidak dapat mencapai kesejahteraan psikologis yang tinggi. Hal ini dikarenakan seorang anak akan kehilangan salah satu kelekatan dari orang tua, terutama sosok ayah.

Maldini dan Kustanti (2016) juga menemukan fakta bahwa kelekatan ayah yang dimiliki oleh individu meningkatkan kemampuan penyesuaian sosial seseorang. Individu dengan kesejahteraan psikologis yang tinggi juga mampu memiliki penyesuaian sosial atau penyesuaian lingkungan yang baik. Berdasarkan uraian di atas, maka pertanyaan pada penelitian ini adalah, apakah memang benar adanya hubungan antara kelekatan ayah dan kesejahteraan psikologis yang dimiliki oleh mahasiswa.

Untuk menjawab pertanyaan tersebut, penelitian ini akan menggunakan pendekatan kuantitatif karena adanya banyak permasalahan dan tekanan hidup yang dialami mahasiswa sehingga kesejahteraan psikologis yang dimiliki mahasiswa terhitung rendah. Adanya fenomena dari penelitian-penelitian sebelumnya, dibutuhkan kelekatan ayah sebagai variabel yang diasumsikan dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis mahasiswa. Oleh karena itu, penulis ingin mengetahui mengenai hubungan antara kelekatan ayah dengan kesejahteraan psikologis dengan mahasiswa sebagai responden penelitian.

B. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara kelekatan ayah dan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa dari universitas ternama di Yogyakarta.

C. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi ilmu psikologi khususnya psikologi perkembangan dan psikologi klinis, sehubungan dengan variabel kelekatan ayah dan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa.

2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat untuk pembaca khususnya mahasiswa dalam meningkatkan kelekatannya dengan ayah untuk memiliki kesejahteraan psikologis yang baik. Selain itu bermanfaat bagi penelitian selanjutnya yang ingin melakukan penelitian dengan variabel atau responden yang sama pada penelitian ini.

D. Keaslian Penelitian

Penelitian mengenai kesejahteraan psikologis pernah dilakukan oleh Primasti dan Wrastari (2013) yang berjudul “Dinamika *Psychological Wellbeing* pada Remaja yang Mengalami Perceraian Orang tua Ditinjau dari *Family Conflict* yang Dialami” untuk mengetahui waktu berakhirnya *family conflict* pada remaja serta pengaruhnya terhadap kesejahteraan psikologis. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan desain studi kasus serta pengambilan data yang dilakukan dengan cara wawancara responden dan *significant others*. Fokus penelitian ini yaitu *family conflict* pada remaja yang mengalami perceraian orang tua, sedangkan peneliti akan melakukan penelitian mengenai kelekatan ayah pada mahasiswa yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis. Hasil penelitian

diperoleh bahwa perceraian orang tua tidak mengakhiri *family conflict*, dari keempat partisipan yang digunakan dalam penelitian, hanya satu partisipan yang memiliki kesejahteraan psikologis yang rendah. Hal ini dikarenakan terdapat faktor-faktor yang dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis seseorang antara lain, *peer support*, kebutuhan akan cinta, dan kematangan menuju dewasa.

Putri (2012) melakukan penelitian korelasi dengan judul “Hubungan antara *Gratitude* dan *Psychological Well-Being* pada Mahasiswa”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui sejauh mana kebersyukuran mempengaruhi kesejahteraan psikologis pada mahasiswa. Pengambilan data menggunakan SS8 (Skala Syukur 8) yang sudah divalidasi dan diterjemahkan ke dalam Bahasa Indonesia, sedangkan kesejahteraan psikologis diukur menggunakan *Ryff's Scale of Psychological Well-Being* (RPWB) yang juga sudah diadaptasi sehingga berbentuk *self-report*. Hasil penelitian melaporkan bahwa terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara *gratitude* dan *psychological well being* pada mahasiswa dengan jumlah 340 orang. Hasil penelitian ini juga ditemukan bahwa *mean* skor kedua variabel tersebut tidak signifikan.

Sementara itu Zulkaisy dan Tjakrawiralaksana (2014) melakukan penelitian mengenai kelekatan ayah-anak dengan judul “Hubungan antara *Attachment Ibu-Anak*, *Attachment Ayah-Anak*, dan *Self-Esteem* pada Remaja Akhir”. Menurut peneliti tersebut, *self-esteem* adalah salah satu hal yang dapat mempengaruhi remaja akhir dalam memenuhi tugas perkembangannya. Penelitian ini ingin mengetahui sejauh mana *attachment* ibu-anak dan *attachment* ayah-anak dapat mempengaruhi *self-esteem*. Pengambilan data menggunakan alat ukur

Inventory of Parent and Peer Attachment-Revised (IPPA-R) dan *Rosenberg Self-Esteem Scale* yang keduanya telah diterjemahkan ke dalam Bahasa Indonesia. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa *attachment* ibu-anak memiliki hubungan positif yang signifikan dengan *self-esteem* ($r=0.204$) sedangkan *attachment* ayah-anak tidak memiliki hubungan dengan *self-esteem* ($r=0.068$).

Peneliti lain dari Rinaldi (2013) yang juga meneliti kelekatan ayah dengan judul “Hubungan antara Kelekatan terhadap Ayah dengan Kecenderungan Kecanduan *Game Online* pada Remaja Laki-laki Pengguna *Game Online* di Kabupaten Grobogan”. Responden pada penelitian ini hanya berfokus remaja laki-laki dengan pengambilan *sample* menggunakan *purposive sampling*. Hasil penelitian menunjukkan koefisien korelasi $r_{xy}=-0,513$ dengan $p=0,000$ ($p<0,05$), yang berarti terdapat hubungan negatif yang signifikan antara kelekatan terhadap ayah dengan kecenderungan kecanduan *game online*. Semakin tinggi kelekatan terhadap ayah maka semakin rendah kecenderungan kecanduan *game online*, sebaliknya semakin rendah kelekatan terhadap ayah maka semakin tinggi pula kecenderungan kecanduan *game online*. Kelekatan terhadap ayah memberikan sumbangan efektif sebesar 26.3% pada kecenderungan kecanduan *game online* dan sebesar 73.7% oleh faktor-faktor lain yang tidak diungkap dalam penelitian tersebut.

Adapun Utami (2015) melakukan penelitian dengan judul “Hubungan antara Keterlibatan Ayah dalam Pengasuhan dengan *Psychological Well-Being* pada Masa Dewasa Muda Anak Perempuan”. Responden penelitian ini adalah para mahasiswi aktif dan masih tinggal bersama dengan orang tua. Pengambilan

sampel menggunakan teknik *snowball* dengan menggunakan 70 orang mahasiswi sesuai dengan syarat yang diajukan oleh peneliti. Pengambilan data untuk keterlibatan ayah menggunakan alat ukur *The Father Involvement and Nurturant Fathering Scales* dan kesejahteraan psikologis menggunakan *Ryff's Psychological Well Being Scale*. Hasil penelitian ini menunjukkan adanya hubungan yang positif dan signifikan antara keterlibatan ayah dengan kesejahteraan psikologis pada mahasiswi.

1. Keaslian Topik

Utami (2015) melakukan penelitian dengan topik yang hampir sama dengan topik yang akan digunakan oleh peneliti yaitu menghubungkan keterlibatan ayah sebagai variabel bebas dan kesejahteraan psikologis sebagai variabel tergantung. Penelitian ini dapat dikatakan berbeda dikarenakan peneliti lebih menekankan pada kelekatan antara ayah dengan anak. Penelitian lain yang dilakukan oleh Primasti dan Wrastari (2013) hanya menekankan sebuah dinamika psikologis pada remaja dengan menggunakan kualitatif sebagai metode penelitiannya. Rinaldi (2013) menggunakan kelekatan terhadap ayah sebagai variabel bebas dan kecenderungan kecanduan *game online* sebagai variabel tergantung. Berdasarkan beberapa penelitian yang telah dilakukan, pada penelitian ini, peneliti menghubungkan kelekatan ayah sebagai variabel bebas dan kesejahteraan psikologis sebagai variabel tergantung.

2. Keaslian Teori

Pada penelitian yang dilakukan oleh Putri (2012) menggunakan teori kesejahteraan psikologis yang menggunakan dua perspektif, yaitu perspektif *positive psychological functioning* dan perspektif *life-span development* dari Ryff. Primasti dan Wrastari (2013) menggunakan salah satu teori kesejahteraan psikologis yang telah melakukan pendalaman terhadap masalah *well-being* dalam konteks perkembangan rentang hidup seseorang (*life span*) (C. D. Ryff & Singer, 1996). Zulkaisy dan Tjakrawiralaksana (2014) menggunakan salah satu teori kelekatan terhadap ayah untuk mengetahui ikatan efektif antara ayah dan anak (Bowlby, 1988). Berdasarkan beberapa penelitian yang telah dilakukan, peneliti menggunakan teori Ryff (1989) untuk teori kesejahteraan psikologis dan Armsden dan Greenberg (1987) sebagai teori kelekatan ayah.

3. Keaslian Alat Ukur

Alat ukur kesejahteraan psikologis yang digunakan Utami (2015) adalah *Ryff's Psychological Well Being Scale* (RPWB) dari Ryff (1995) dan *The Father Involvement and Nurturant Fathering Scales* sebagai alat ukur keterlibatan ayah (Finley & Schwartz, 2004). Putri (2012) juga menggunakan RPWB sebagai alat ukur kesejahteraan psikologis yang sudah diadaptasi (Hapsari, 2011). Zulkaisy dan Tjakrawiralaksana (2014) menggunakan *Inventory of Parent and Peer Attachment-Revised* (IPPA-R) sebagai alat ukur *attachment* (Armsden & Greenberg, 1987). Berdasarkan beberapa penelitian yang sudah dilakukan, peneliti akan menggunakan *Ryff's Psychological Well-*

being Scale (Ryff, 1989) untuk mengukur kesejahteraan psikologis dan *Inventory of Parent and Peer Attachment* (IPPA) untuk mengukur kelekatan ayah pada mahasiswa, namun peneliti mengubah kedua skala tersebut ke dalam Bahasa Indonesia dan dikembangkan untuk menyesuaikan responden penelitian.

4. Keaslian Responden Penelitian

Responden dalam penelitian ini adalah mahasiswa aktif yang masih memiliki orang tua dan berusia 17-24 tahun. Penelitian yang dilakukan oleh Primasti dan Wrastari (2013) menggunakan responden yang hampir serupa yaitu remaja, melainkan remaja yang mengalami perceraian orang tua. Utami (2015) menggunakan dewasa muda dengan jenis kelamin perempuan, dewasa muda yang dimaksud adalah mahasiswi aktif dan masih tinggal bersama dengan orang tua, sedangkan Zulkaisy dan Tjakrawiralaksana (2014) juga menggunakan responden remaja dengan rentang umur 18-21 tahun.