

BAB I

PENGANTAR

A. Latar Belakang Masalah

Remaja merupakan masa peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa. Menurut Santrock (2007) remaja (*adolescence*) diartikan sebagai masa perkembangan transisi antara masa anak-anak dan masa dewasa yang mencakup perubahan biologis, kognitif, dan sosial emosional. Masa remaja dibedakan menjadi dua periode, yaitu periode awal dan periode akhir. Masa remaja awal (*early adolescence*), berlangsung pada masa sekolah menengah pertama atau sekolah menengah akhir (12/13 tahun sampai 17/18 tahun) dan masa remaja akhir (*late adolescence*) terjadi pada pertengahan dasawarsa yang kedua dari kehidupan (17/18 tahun sampai 21/22 tahun) dimana pada masa ini eksplorasi identitas sering kali lebih menonjol di masa remaja akhir dibandingkan di masa remaja awal.

Menurut Havirghurst (dalam Hurlock, 1973) hal yang akan selalu berkaitan dengan remaja ialah tugas-tugas perkembangan. Adapun salah satu dari tugas perkembangan remaja tersebut yaitu memperoleh perangkat nilai dan sistem etis sebagai pegangan untuk berperilaku mengembangkan ideologi. Selanjutnya, Erikson (dalam Santrock, 2007) menyatakan bahwa tugas utama dalam masa perkembangan remaja ialah menghadapi *identity* versus *identity confusion*. Tugas perkembangan tersebut memiliki tujuan untuk mencari identitas diri agar remaja dapat menjadi individu dewasa yang unik. Remaja dihadapkan pada tantangan untuk menemukan

siapakah diri mereka, bagaimana diri mereka nantinya dan arah mana yang hendak ditempuh dalam menjalani hidup. Berkaitan dengan tugas perkembangan tersebut, orang tua memiliki peran yang banyak. Hal tersebut terjadi karena lingkungan keluarga memiliki peran untuk membantu remaja agar lebih siap dalam menghadapi tugas perkembangannya. Namun hal tersebut akan berbeda dengan remaja yang tidak tinggal bersama keluarga kandungnya atau remaja di panti asuhan karena peran keluarganya telah tergantikan (Mazaya dan Supradewi, 2011).

Panti asuhan biasa dijadikan lembaga untuk membentuk perkembangan anak-anak yang tidak memiliki orang tua ataupun yang tidak tinggal bersama orang tuanya. Menurut Himpunan Peraturan Perundang undangan tentang perlindungan anak (2002:7), Undang-Undang Republik Indonesia No.4 Tahun 1979 pasal 2 ayat 1, tampak jelas terlihat bahwa setiap anak berhak untuk mendapat kesejahteraan, perawatan, asuhan, dan bimbingan berdasarkan kasih sayang baik dalam keluarganya maupun di dalam asuhan khusus untuk tumbuh dan berkembang wajar, penghuni panti asuhan bukan saja anak-anak, tetapi mulai dari anak-anak hingga dewasa. Penghuni panti asuhan tersebut adalah orang yang mengalami berbagai permasalahan sosial.

Panti Asuhan juga merupakan lembaga yang bergerak di bidang sosial untuk membantu anak-anak yang sudah tidak memiliki orang tua. Namun, tidak hanya untuk anak yang sudah tidak memiliki orang tua saja,

panti asuhan juga terbuka untuk anak-anak selain mereka, contohnya seperti anak terlantar. Adapun jumlah panti asuhan diseluruh Indonesia diperkirakan antara 5.000-8.000 yang mengasuh sampai setengah juta anak (Septiani dan Utoyo, 2013). Sedangkan berdasarkan data dari Badan Pusat Statistik (BPS) Yogyakarta, pada tahun 2013 terdapat 99 unit panti asuhan yang terdaftar dengan 3417 anak asuh. Selanjutnya pada tahun 2014 terdapat 70 panti asuhan yang terdaftar dengan 3069 anak asuh (yogyakarta.bps.go.id).

Berdasarkan pernyataan Hartini (dalam Lesmana & Budiani, 2013) adanya perubahan fungsi dalam peran sosial orang tua dan perubahan kondisi keluarga yang mengharuskan remaja tinggal di panti asuhan terjadi karena beberapa alasan. Sebagai contoh misalnya faktor ekonomi, perceraian, orang tua yang meninggal dunia, perkawinan yang tidak sah, anak tiri, peristiwa bencana alam dan lain sebagainya. Sehubungan dengan peristiwa yang menyebabkan perubahan kondisi keluarga tersebut, anak-anak dan remaja yang tinggal di panti asuhan akan mengevaluasi pengalaman yang dialaminya dimana hal tersebut berpengaruh penting pada *psychological well being*. Menurut Hilfin (Lesmana & Budiani, 2013) seorang remaja panti asuhan dapat mengevaluasi pengalamannya selama menjadi anak panti asuhan dalam bentuk sesuatu yang positif maupun negatif. Penilaian tersebut terjadi berdasarkan cara individu yang tinggal di panti asuhan menginterpretasikan pengalamannya selama di panti asuhan.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan pada seorang pengasuh salah satu panti asuhan di daerah Palagan, Yogyakarta, pada 02 November 2016 *Psychological Well Being* merujuk pada beberapa hal yang dirasakan individu tentang aktivitas hidup sehari-hari. Banyak kasus remaja yang tinggal di panti asuhan yang menimbulkan beberapa permasalahan dikarenakan remaja tersebut kurang mampu menyesuaikan diri, menutup diri serta merasa berbeda dari anak lainnya. Remaja tersebut juga menyatakan bahwa dirinya merasa tidak bebas, tidak bahagia dan tidak merasakan kesejahteraan seperti anak yang tidak tinggal dipanti asuhan. Perasaan-perasaan tersebutlah yang membuat para remaja memilih untuk melakukan hal-hal yang tidak sesuai dengan apa yang telah diterapkan dipanti asuhan sebagai bentuk perwujudan perasaan yang dirasakannya. Remaja tersebut sering melanggar peraturan, pergi tanpa izin, tidak melaksanakan kewajiban yang diterapkan hingga membolos dari sekolah.

Selanjutnya, hasil penelitian yang dilakukan oleh Septiani dan Utoyo (2013) yang meneliti terkait *psychological well being* pada remaja panti asuhan, menunjukkan bahwa terdapat 51,8% responden yang memiliki skor di bawah rata-rata skor kelompok berdasarkan persebaran skor *psychological well being*. Artinya responden dianggap memiliki penilaian yang negatif terhadap pengalaman dan kualitas hidupnya yang dilihat dari keenam dimensinya atau dapat juga disebabkan oleh beberapa faktor lainnya. Berdasarkan beberapa penelitian yang pernah dilakukan,

perkembangan anak dan remaja yang di asuh dalam lembaga pengasuhan menunjukkan beberapa permasalahan perilaku seperti masalah hiperaktivitas, agresif, perilaku anti sosial dan beberapa permasalahan emosional seperti depresi, kecemasan, dan disregulasi emosi (Septiani dan Utoyo, 2013). Hartini (dalam Mazaya dan Supradewi, 2011) juga menyatakan bahwa anak yang tinggal di panti asuhan memiliki gambaran kebutuhan psikologis seperti kepribadian yang inferior, pasif, apatis, menarik diri, mudah putus asa dan penuh ketakutan dan kecemasan, sehingga anak tersebut akan mengalami kesulitan dalam menjalin hubungan sosial dengan orang lain. Hal tersebut menjadi salah satu tanda bahwa remaja di panti asuhan mengalami beberapa gangguan psikologis yang akan mempengaruhi *psychological well being*-nya.

Psychological well being menurut Ryff (1989) diartikan sebagai sebuah kondisi individu memiliki sikap yang positif terhadap dimensi-dimensi kesejahteraan psikologis dirinya sendiri dalam menerima apa adanya dirinya, membentuk hubungan yang hangat dengan orang lain, dapat mengambil keputusan sendiri dan dapat mengatur tingkah lakunya sendiri, memiliki tujuan hidup dan membuat hidup lebih bermakna, serta merealisasikan potensi dirinya untuk dapat mengembangkan dan mengeksplorasi dirinya sendiri. Ryff (1995) menggambarkan individu yang memiliki *psychological well being* yang rendah, dirinya akan merasa tidak puas dengan dirinya, tidak terbuka dengan orang lain, selalu bergantung dengan orang lain, memiliki kesulitan dalam mengelola

kegiatan sehari-hari, tidak memiliki arah dalam tujuan hidupnya serta tidak mampu mengembangkan sikap.

Berdasarkan pernyataan Ryff (1989) terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi *psychological well being* (kesejahteraan psikologis) yaitu demografi, kepribadian, dukungan sosial dan evaluasi terhadap pengalaman hidup yang turut mempengaruhi kesejahteraan psikologis individu. Namun, selain beberapa faktor tersebut, menurut Pargament, dkk (Amawidyati & Utami, 2007) terdapat faktor lain yang dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis individu, salah satunya adalah faktor agama atau religiusitas. Agama memiliki korelasi positif terhadap *psychological well being*.

Eddington dan Shuman (dalam Handayani, 2016) menyatakan bahwa bentuk spesifik religiusitas memberikan dampak pada kegiatan keagamaan. Jenis spesifik religiusitas dalam aspek keagamaan yang memiliki hubungan dengan *psychological well being* salah satunya yaitu berupa wujud dari kebersyukuran (*gratitude*) individu. Secara konseptual kebersyukuran (*gratitude*) adalah suatu bentuk emosi, *affective trait, mood*, yang merupakan suatu respon positif untuk menunjukkan rasa terima kasih, serta untuk mendorong individu untuk mempresentasikan hidupnya menjadi lebih baik. Hal tersebut didukung oleh penelitian yang telah dilakukan oleh Putri (2012) yang melakukan penelitian dengan responden mahasiswa. Penelitian tersebut menyatakan bahwa *gratitude* (kebersyukuran) memiliki hubungan positif dengan *psychological well*

being. Ratnayanti dan Wahyuningrum (2016) dalam penelitiannya juga menyatakan bahwa *gratitude* mempengaruhi *psychological well being* individu. Berdasarkan beberapa penelitian tersebut, kebersyukuran pun dapat dinyatakan sebagai sesuatu hal yang mempengaruhi *psychological well being*.

Mensyukuri keberadaan kedua orang tua bagi anak yang masih memilikinya merupakan hal yang biasa. Lain halnya dengan anak yang diuji dengan kekurangan tidak memiliki orang tua merupakan hal yang lebih bagi anak tersebut. Pada saat melewati masa remaja ini, individu selain menghadapi perubahan-perubahan biologis, kognitif, dan sosioemosional juga dituntut untuk dapat melakukan perubahan-perubahan dan memenuhi tuntutan-tuntutan sosial. Bagi remaja yang gagal dalam menemukan dan memahami makna hidupnya maka akan menimbulkan rasa frustrasi dan kehampaan. Hal tersebut nantinya akan diikuti oleh emosi-emosi negatif seperti perasaan hampa, merasa tidak memiliki tujuan hidup, merasa tidak berarti, bosan, dan apatis. Emosi negatif tersebut akan melemahkan sikap remaja dalam menghadapi kesulitan hidup (Mazaya dan Supradewi, 2011). Maka rasa syukur perlu diterapkan dalam kehidupan sehari-hari remaja tersebut. Sheldon dan Sonja (dalam Shobihah, 2014) menunjukkan bahwa kebersyukuran dapat mengurangi emosi negatif yang dirasakan oleh seseorang. Hal ini juga dijelaskan serupa oleh penelitian McCullough dan Polak (2006) bahwa rasa syukur menimbulkan sifat afektif dan sikap-sikap emosional yang positif, seperti kebahagiaan,

kepuasan hidup, harapan dan optimisme. Sikap-sikap seperti ini nantinya yang akan menimbulkan kesejahteraan psikologis dari individu (*psychological well being*).

Berdasarkan latar belakang masalah dan uraian pustaka singkat keterkaitan di antara keduanya, penelitian ini merumuskan masalah penelitian sebagai berikut: Bagaimana hubungan kebersyukuran dengan *psychological well being* pada remaja di panti asuhan?

B. Tujuan Penelitian

Tujuan utama dari penelitian ini adalah untuk mengetahui secara empirik hubungan antara kebersyukuran dengan *psychological well being* pada remaja di panti asuhan.

C. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan dua manfaat, yaitu: manfaat secara teoritis dan manfaat secara teoritis.

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menambahkan dan memberikan sumbangan penelitian ilmiah bagi perkembangan ilmu pengetahuan, khususnya dalam bidang ilmu Psikologi Klinis. Penelitian ini juga diharapkan dapat menambah khasanah bagi peneliti yang tertarik melakukan penelitian dengan topik mengenai *psychological well being* dan kebersyukuran.

2. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan wacana dan masukan khususnya kepada remaja di panti asuhan agar dapat lebih tangguh dan lebih bersyukur dengan keadaan, kondisi dan kehidupan yang dijalaninya. Banyak hal yang dapat dilakukan untuk terus menjalani hidup meskipun dengan status yang kadang dianggap orang lain kurang beruntung. Status sebagai remaja panti asuhan tidak berarti dapat membuat individu tersebut mengalami hambatan dalam kehidupan saat ini, namun status tersebut seharusnya dapat menjadi motivasi bagi individu agar menjalani kehidupan sebagai remaja yang mampu mengeksplorasi dirinya lebih baik dan tidak mudah putus asa.

D. Keaslian Penelitian

Penelitian mengenai hubungan antara *psychological well being* sudah pernah diteliti sebelumnya, tetapi dari berbagai macam penelitian yang sudah pernah dilakukan memiliki perbedaan variabel bebas antara yang satu dengan yang lainnya. Salah satunya yaitu penelitian yang telah dilakukan oleh Amawidyati & Utami (2007) melakukan penelitian berjudul “Religiusitas dan *Psychological Well-Being* Pada Korban Gempa” menemukan bahwa religiusitas berkorelasi positif dengan *psychological well-being*. Subjek pada penelitian ini berjumlah 66 orang dengan rincian 33 orang wanita dan 33 orang laki-laki yang merupakan korban gempa bumi yang terjadi di Bantul pada tahun 2006.

Selanjutnya, terdapat juga penelitian terkait dengan *psychological well being* dan religiusitas.. Penelitian tersebut yaitu penelitian yang dilakukan oleh Ismail dan Desmukh (2012) dengan judul “*Religiosity and Psychological Well-Being*” dengan tujuan untuk mengeksplorasi hubungan antara religiusitas dan kesejahteraan psikologis pada model muslim Pakistan. Subjek dalam penelitian ini sebanyak 150 orang dengan rincian 65 orang laki-laki muslim dan 85 orang perempuan muslim di Pakistan. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat korelasi positif yang kuat antara religiusitas dengan kepuasan hidup.

Penelitian lainnya yaitu penelitian yang dilakukan oleh Fauqiyah dengan judul “Hubungan Religiusitas dengan *Happiness* pada Remaja Panti Asuhan” pada tahun 2010. Penelitian ini bertujuan untuk meneliti tentang ada kaitan atau tidak antara religiusitas dengan *happiness*. Adapun subjek yang digunakan yaitu remaja panti asuhan yang berjumlah 158 orang. Hasil dari penelitian tersebut yaitu ada hubungan yang signifikan antara religiusitas dengan *happiness* pada remaja panti asuhan.

Lesmana dan Budiani (2013) juga meneliti tentang hubungan antara harga diri dan tingkat stres dengan *psychological well being* pada remaja di Panti Asuhan Muhammadiyah Wiyung dan Karangpilang Surabaya. Penelitian tersebut memiliki kesamaan dengan penelitian penulis dalam hal variabel tergantung. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan positif antara harga diri dengan *psychological well being* dan tingkat stres

memiliki hubungan yang tidak signifikan dan negatif dengan *psychological well being*.

Handayani juga melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Kebersyukuran dengan *Psychological Well Being* pada Remaja Panti Asuhan di Yogyakarta” pada tahun 2016. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kebersyukuran dengan *psychological well being*. Penelitian ini melibatkan 199 remaja yang tinggal di panti asuhan. Adapun hasil dari penelitian ini yaitu ada hubungan antara kebersyukuran dengan *psychological well being* pada remaja panti asuhan di Yogyakarta.

1. Keaslian Topik

Penelitian yang dilakukan oleh peneliti mengangkat topik tentang bagaimana hubungan kebersyukuran dan *psychological well-being*. Penelitian ini memiliki perbedaan dengan penelitian sebelumnya, yaitu yang dilakukan oleh Handayani (2016) yang meneliti tentang hubungan antara kebersyukuran dengan *psychological well being* pada remaja panti asuhan di Yogyakarta dan Fauqiyah (2010) yang meneliti tentang hubungan religiusitas dengan *happiness* pada remaja panti asuhan pada tahun 2010. Selanjutnya, penelitian serupa juga telah dilakukan oleh Amawidyati & Utami (2007) yang mengkaji *psychological well-being* dengan religiusitas pada korban gempa.

2. Keaslian Teori

Penelitian yang dilakukan oleh peneliti menggunakan teori yang sama dengan penelitian sebelumnya yaitu penelitian yang dilakukan

oleh Handayani (2016) serta Lesmana dan Budiani (2013) yang menggunakan teori *psychological well-being* yang dikemukakan oleh Ryff (1989) pada variabel tergantung. Namun, penelitian yang dilakukan oleh peneliti juga memiliki perbedaan dengan penelitian sebelumnya. Peneliti menggunakan teori dari Al-Munajjid (2006) untuk teori kebersyukuran pada variabel bebas. Sedangkan, penelitian yang dilakukan oleh Amawidyati dan Utami (2008) menggunakan teori religiusitas yang dikemukakan oleh Glock (dalam Ancok dan Suroso, 1994) terhadap variabel bebas.

3. Keaslian Alat Ukur

Dalam penelitian ini, untuk mengukur variabel *psychological well being* menggunakan adaptasi alat ukur *psychological well-being* yang digunakan Konow dan Early (2008) yang disusun berdasarkan teori Ryff (1989). Selanjutnya untuk mengukur variabel kebersyukuran, alat ukur yang digunakan yaitu diadaptasi dari skala yang disusun oleh Rahman (2014) yang mengacu pada aspek kebersyukuran yang dikemukakan oleh Al-Munajjid (2006).

4. Keaslian Subjek Penelitian

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan subjek yang sama dengan penelitian yang telah dilakukan sebelumnya yaitu penelitian oleh Handayani (2016). Subjek yang digunakan yaitu remaja yang tinggal dipanti asuhan.