

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Subjective well-being atau kesejahteraan subjektif merupakan evaluasi yang individu lakukan pada hidupnya, secara afektif serta kognitif. Evaluasi afektif merupakan seringnya individu mengalami emosi negatif serta positif. Evaluasi kognitif merupakan cara individu merasakan rasa puas pada kehidupannya. Individu dinyatakan memiliki tingkatan kesejahteraan subjektif tinggi apabila ia merasa puas pada hidupnya, kerap memiliki emosi positif contohnya meliputi kasih sayang serta bahagia, juga minim memiliki emosi negatif contohnya meliputi marah serta sedih (Diener et al., 1997). Individu dengan *Subjective well-being* tinggi mempunyai percaya diri yang baik, baik pada hubungan sosial, serta memiliki performa kerja yang baik. Selain itu, dalam suatu kondisi tertekan, ia dapat beradaptasi secara efektif (Dewi & Utami, 2015). Remaja merupakan orang dengan usia antara 12-18 tahun. Kesejahteraan subjektif termasuk sesuatu yang diperlukan remaja, karena hal tersebut akan menunjang kehidupan remaja yang sedang pada kondisi peralihan dari anak-anak menuju dewasa. Pada kondisi tersebut remaja sering kali mengeksplorasi apa yang ada di sekitarnya dan sedang dalam masa pencarian jati diri (Retnowati, 1984). Sering kali remaja melakukan kegiatan untuk mencari kesenangan dalam hidup serta mencari *passion* nya, maka dari itu remaja selalu mencoba berbagai hal yang akan membuat dirinya senang dengan apa yang dilakukannya. Dalam mencari *passion* nya, remaja membutuhkan dukungan dari berbagai pihak, termasuk orang tua itu sendiri. Namun tidak semua remaja mempunyai orang tua dan mendapatkan dukungan dari beragam pihak seperti kebanyakan remaja umumnya. Remaja pada panti asuhan tidak merasakan dukungan orang tua, mereka lebih sering mendapatkan dukungan dari sesama anggota panti asuhan lainnya.

Kesejahteraan subjektif termasuk kajian pada psikologi positif yang diartikan suatu fenomena yang mencakup evaluasi afektif serta kognitif pada kehidupan seseorang, contohnya rasa puas, tenang, serta bahagia. Melalui hal tersebut, kesejahteraan subjektif yakni konsep luas yang meliputi emosi positif, rasa senang, tingginya rasa puas terhadap kehidupan, serta minimnya emosi negatif (Diener et al., 2003).

Diener, dkk (2002) menuturkan, kesejahteraan subjektif mengacu terhadap cara seseorang dalam melakukan evaluasi pada kehidupannya, mencakup berbagai variabel meliputi rasa puas terhadap hidupnya, minimnya rasa cemas serta stress, juga terdapatnya emosi serta *mood* positif. Menurut Ulfah dan Mulyana (Wahyuni, 2018) *subjective well-being* adalah bagaimana seseorang bisa mengevaluasi hidupnya, meliputi penilaian kognitif pada kepuasan hidupnya serta afektif mencakup emosi negatif ataupun positif dalam hidupnya.

Remaja dalam menjalankan kehidupan sehari-hari membutuhkan dukungan orang tua untuk memunculkan rasa kebahagiaan dalam hidupnya, hal tersebut sangat mempengaruhi remaja dalam menjalani kehidupan sehari-hari demi terwujudnya *subjective well-being* remaja. Kesejahteraan psikologis yang baik bisa timbul diakibatkan kondisi yang menyenangkan hadir pada lingkungan serta dalam keluarganya. Keluarga merupakan aspek yang memiliki dampak besar pada kesejahteraan psikologis anak, khususnya dalam hal rasa bahagia (Hassan et al., 2012).

Tidak semua remaja memiliki relasi yang baik pada orang tuanya, kondisi itu dapat disebabkan oleh beberapa hal, antara lain dikarenakan orang tua bercerai atau meninggal, bahkan tidak mempunyai orang tua semenjak kecil. Hal yang sama terjadi pada remaja di panti asuhan, mereka memiliki permasalahan lebih dibandingkan remaja lainnya, hal tersebut dapat dibuktikan oleh penelitian Casares dkk (2009) di Namibia Afrika mengenai remaja yatim piatu, didapati 19 lebih remaja mengidap

gangguan psikologis serta kesehatan mental. Kondisi itu terjadi dikarenakan AIDS yang menyebabkan semakin bertambahnya anak yatim piatu di Afrika Selatan, dikarenakan faktor kesehatan mental yang kurang mendapatkan pelayanan yang baik, serta faktor ekonomi.

Peneliti telah mewawancarai 3 remaja sebagai subjek pada panti asuhan yang berada di Jl. Kaligawe. Berikut merupakan hasil wawancara dengan S siswa SMA yang berumur 16 tahun.

“Saya tinggal disini sudah hampir 1 tahun, awal masuk panti saya susah menyesuaikan diri karena sebelumnya terbiasa hidup bersama ibu dan harus menyesuaikan diri dengan kondisi yang baru. Selain itu disini juga kadang merasa kesepian dan ingat orang tua, kadang kalau ada masalah saya bingung mau cerita sama siapa juga karena nggak terlalu akrab sama teman-teman yang ada disini”.

Hasil wawancara dengan K siswa kelas 2 SMA dengan usia 16 tahun serta tinggal di panti asuhan.

“Saya kadang merasa kangen dengan orang tua selama tinggal disini. Selain itu pengasuh jarang ada di panti, saya juga sering kali belajar bersama teman-teman saat mengerjakan PR dan terkadang melakukan kegiatan-kegiatan tanpa didampingi oleh pengasuh. Saya sebetulnya sedikit akrabnya sama teman disini, kadang juga punya masalah sama anak yang disini tapi cuma cerita sama teman yang dekat aja”.

Hasil wawancara dengan R, siswa SMA kelas 3 yang tinggal di panti asuhan.

“Saya kadang merasa rindu kepada orang tua, terutama pada saat awal-awal masuk panti asuhan, itu terasa berat karena suasana yang sangat berbeda dengan rumah dan disini harus mandiri. Disini juga belajar sendiri, kadang-kadang juga dibantu teman. Saya juga merasa kecewa sama pengurus yang

ngajar ngaji karena saya nggak naik kelas, padahal teman saya yang naik kelas nggak lebih pintar dari saya (matanya sambil berkaca-kaca)”.

Berdasar pada perolehan wawancara yang sudah dilaksanakan bisa disimpulkan, remaja yang tinggal di panti asuhan masih memiliki rasa sedih karena rindu dengan orang tua dan merasa sendiri serta sulit dalam beradaptasi, hal tersebut merupakan tanda bahwa remaja tersebut memiliki *subjective well-being* rendah, karena salah satu rendahnya tingkat *subjective well-being* seseorang adalah ketika seseorang lebih sering merasakan emosi negatif dalam kehidupan serta kurang merasakan kepuasan dalam hidup.

Banyak dari peneliti menyimpulkan, kesejahteraan subjektif mampu berubah sejalan pada keadaan dari kehidupan individu. Bagaimana individu beradaptasi pada berbagai persoalan pada hidupnya juga merupakan faktor yang mampu menentukan skor tersebut. Berbagai faktor lainnya yang berpengaruh pada kesejahteraan subjektif yakni *positive social relationship*, *extroversion*, perasaan pada makna serta tujuan, optimisme, *sense of control*, serta *self-esteem* (Nayana, 2013).

Selain itu, terdapat berbagai faktor yang berpengaruh pada kesejahteraan subjektif oleh penelitian Compton (dalam Ariati, 2010), meliputi: (1) harga diri positif, (2) kontrol diri, (3) ekstraversi, (4) optimis, (5) relasi sosial yang positif, (6) memiliki arti dan tujuan hidup.

Optimisme merupakan faktor yang penting dalam menjalani hidup masa remaja, remaja membutuhkan optimisme untuk terus maju dalam menghadapi permasalahan-permasalahan yang ada. Lopez & Snyder (2002) mengungkapkan bahwa optimisme yang ada dalam diri individu akan membawanya pada rasa percaya pada diri sehingga sikap optimis dapat membuat individu mampu menangani persoalan yang dihadapinya dan menimbulkan sikap afektif yang positif dalam menghadapi situasi yang sulit. Optimisme juga memiliki dampak yang signifikan pada *subjective well-being* karena sifat optimis akan menimbulkan sifat afektif yang positif sehingga berdampak pada meningkatnya *subjective well-being* pada individu.

Seligman (2006) menuturkan, optimisme yakni rasa yakin seseorang jika kegagalan ataupun kejadian buruk sifatnya sekedar sementara, tidak berpengaruh pada kegiatannya serta tidak selalu diakibatkan oleh dirinya sendiri namun bisa juga akibat nasib, keadaan, ataupun orang lain. Seseorang yang optimis beranggapan bahwa gagal datang dari suatu hal yang bisa diubah, yang membuat mereka terus berusaha dalam mendapatkan keberhasilan dan kesuksesan dimasa mendatang. Hal tersebut merupakan cerminan dari sifat individu yang dapat mengontrol emosi negatif bahwa kegagalan adalah sementara dan dapat berdampak pada meningkatnya *subjective well-being*. Sedangkan individu pesimis menganggap bahwa kegagalan berasal dari diri sendiri yang mendarah daging dan tidak bis diubah (Safarina et al., 2019).

Optimisme yakni keyakinan seseorang dengan komprehensif pada berbagai hal yang baik, dapat berpikir secara positif, serta mudah memberikan makna pada dirinya (Seligman, 2006). Hasil penelitian yang dilakukan Conversano mengungkapkan bahwa optimisme memiliki pengaruh besar pada kesejahteraan mental serta fisik melalui perilaku adaptif, gaya hidup sehat, serta respon kognitif yang berkaitan padaa fleksibilitas serta kapasitas dalam penanganan permasalahan.

Menurut penelitian dari Hutz, perkembangan optimisme dalam diri individu dipengaruhi oleh pola asuh orang tua, yang mempunyai peran krusial pada tumbuh kembang remaja seperti rasa aman, tempat bercerita, memberikan dukungan, serta optimisme dalam menjalani kehidupan remaja yang sedang dalam pencarian jati diri.

Selain optimisme, dukungan sosial merupakan faktor penting dalam perkembangan remaja, maka dari itu dukungan sosial sangat diperlukan bagi semua remaja, termasuk remaja di panti asuhan, baik dukungan pengasuh maupun sesama teman. Dengan dukungan sosial, remaja akan menjadi lebih percaya diri dan berkembang di dunia luar.

House (Smet, 1994) menuturkan, dukungan sosial yakni hubungan interpersonal mencakup pemberian bantuan berupa berbagai aspek meliputi bantuan instrumental, penghargaan, perhatian emosional, serta informasi yang didapatkan seseorang dari berinteraksi pada lingkungannya. Tiap dukungan itu bermanfaat untuk

penerimanya di kemudian hari, bisa menolong remaja ketika menangani permasalahannya seperti kecemasan, stress, ataupun beragam tekanan lain. Bila remaja yang tinggal di panti asuhan mendapatkan dukungan sosial yang cukup dari lingkungan, mampu membuat remaja tersebut menumbuhkan pandangan positif serta pribadi yang sehat. Kondisi tersebut membuat remaja mempunyai kapabilitas lebih guna menyesuaikan diri (Kumalasari & Ahyani, 2012).

Sarafino 2007 menuturkan, pemberian dukungan sosial bisa berwujud dukungan penghargaan ataupun emosional meliputi sikap empati, penghargaan positif pada seseorang, nasihat, upaya bersama guna menjalin kehidupan, serta dukungan instrumental berwujud pemberian fasilitas contohnya memberi makanan serta kebutuhan lain. Dukungan sosial bagi di panti asuhan juga bisa didapatkan dari pengasuh serta teman di panti asuhan (Tricahyani & Widiasavitri, 2016).

Penelitian terdahulu telah dilaksanakan, diantaranya yakni penelitian Wahyuningsih (2013) berjudul Hubungan Antara Dukungan Sosial dan Optimisme dengan Kesejahteraan Subjektif Remaja SMA Program Akselerasi di Kota Surakarta. Kemudian juga penelitian Larasati (2017) dengan judul Hubungan Antara Dukungan Sosial dan Optimisme Terhadap *Subjective Well-Being* Pada Remaja Tuna Daksa Di BBRSBD Prof. Dr. Soeharso Surakarta. Penelitian yang hampir sama juga dilakukan oleh Larissa & Hasanuddin (2017) yang berjudul Hubungan Syukur Dengan *Subjective Well-Being* Remaja Panti Asuhan Ikhlasul Amal Bandung. Beberapa penelitian itu mempunyai sejumlah pembeda pada penelitian yang akan diteliti oleh peneliti, pada variable bebas serta subjek dari penelitian. Variable bebas yang digunakan peneliti adalah dukungan sosial dan optimism, sedangkan subjek penelitian yakni remaja panti asuhan. Berdasarkan pemaparan tersebut, peneliti akan membuat penelitian berjudul “Hubungan Antara Dukungan Sosial Pengasuh Dan Optimisme Terhadap *Subjective Well-Being* Pada Remaja di Panti Asuhan”.

B. Rumusan Masalah

Berdasar pada pemaparan dari latar belakang yang telah dikemukakan, rumusan penelitian yang akan diajukan oleh peneliti adalah sebagai berikut:

Apakah ada hubungan antara dukungan sosial dan optimisme terhadap *subjective well-being* pada remaja di panti asuhan?

C. Tujuan Penelitian

Berdasar pada rumusan masalah di atas, didapati tujuan dari penelitian ini meliputi:

- a. Mengetahui hubungan antara dukungan sosial dan optimisme terhadap *subjective well-being* pada remaja di Panti Asuhan At-Taqwa Tembalang.
- b. Mengetahui hubungan antara dukungan sosial terhadap *subjective well-being* pada remaja di Panti Asuhan At-Taqwa Tembalang
- c. Mengetahui hubungan antara optimisme terhadap *subjective well-being* pada remaja di Panti Asuhan At-Taqwa Tembalang.

D. Manfaat Penelitian

Perolehan dari penelitian ini diharap bisa memberi manfaat untuk berbagai pihak, adapula manfaat teoritis serta praktis meliputi:

1. Manfaat Teoretis

Penelitian ini diharap bisa turut mengembangkan ilmu psikologi, khususnya pada bidang ilmu psikologi positif, terutama dalam hal optimisme, dukungan sosial, dan *subjective well being*.

2. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharap bisa memberi gambaran mengenai hidup yang bermakna, optimisme, dan dukungan sosial bagi masyarakat dan penghuni panti asuhan .