BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Masa remaja yaitu masa antara anak-anak dan dewasa yang cenderung dibarengi dengan perkembangan psikologis yang tidak menentu. Masa remaja merupakan masa transisi atau masa peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa yang sering disebut juga sebagai masa kritis dimana mulai terjadi proses pembentukan jati diri. Hurlock (1973) memberi batasan masa remaja berdasarkan usia kronologis, yaitu antara 13 hingga 18 tahun. Menurut Thornburgh (1982), batasan usia tersebut adalah batasan tradisional, sedangkan aliran kontemporer membatasi usia remaja antara 11 hingga 22 tahun.

Masa remaja seringkali dihubungkan dengan stereotip mengenai penyimpangan dan ketidakwajaran. Hal tersebut dapat dilihat dari banyaknya teori-teori perkembangan yang membahas ketidakselarasan, gangguan emosi, dan gangguan perilaku sebagai akibat dari tekanan-tekanan yang dialami remaja karena perubahan-perubahan yang terjadi pada dirinya maupun akibat perubahan lingkungan.

Pada masa ini remaja merasakan gejolak psikologis dalam dua kebutuhan, yaitu kebutuhan jasmani seperti makan, minum, dorongan seksual, dan kebutuhan psikis seperti kasih sayang, rasa aman, kebebasan, dan lain-lain.

Sejalan dengan perubahan-perubahan yang terjadi dalam diri remaja, mereka juga dihadapkan pada tugas-tugas yang berbeda dari tugas pada masa kanak-kanak. Individu memiliki tugas-tugas perkembangan yang harus dipenuhi.

© UNIVERSITAS MEDAN AREA

Apabila tugas-tugas tersebut berhasil diselesaikan dengan baik, maka akan tercapai kepuasan, kebahagian, dan penerimaan dari lingkungan.

Kebahagiaan merupakan suatu hal yang penting dalam hidup, karena dengan bahagia setiap orang pasti merasakan kehidupan yang nyaman, hari-harinya juga terasa lebih berharga. Kebahagiaan adalah dambaan setiap individu dalam hidupnya. Namun, setiap individu memiliki persepsi, makna, dan penghayatan yang berbeda-beda atas kebahagiaan tersebut.

Menurut Luthans (2006) istilah kebahagiaan juga banyak dikenal dalam psikologi positif. Teori dan penelitian psikologi lebih suka menggunakan istilah yang lebih tepat yang dapat didefinisikan secara operasional, yakni *subjective well-being* yang selanjutnya akan disebut dengan SWB, bukannya kebahagiaan. Sebagaimana dibahas oleh Seligman dan Csikszentmihalyi (dalam Luthans, 2006) "Dalam praktik, SWB lebih ilmiah untuk mengartikan istilah kebahagiaan." Kadang-kadang, kedua istilah tersebut digunakan secara bergantian, tetapi SWB dianggap lebih luas dan didefinisikan sebagai sisi afektif seseorang (suasana hati dan emosi) dan evaluasi kognitif kehidupan mereka. Dalam arti psikologi, tidak penting orang menggunakan kebahagiaan atau SWB, tetapi kuncinya adalah bagaimana mereka secara emosional menginterpretasikan dan secara kognitif memproses apa yang terjadi pada diri mereka.

Subjective well-being terkait dengan rasa puas seseorang akan kondisi hidupnya, seringkali seseorang merasakan emosi positif dan jarang merasakan emosi negatif. *Subjective well-being* (SWB) yaitu evaluasi yang dilakukan seseorang terhadap kehidupannya. Evaluasi tersebut bersifat kognitif dan afektif.

© UNIVERSITAS MEDAN AREA

Evaluasi yang bersifat kognitif meliputi bagaimana seseorang merasakan kepuasan dalam hidupnya. Evaluasi yang bersifat afektif meliputi seberapa sering seseorang merasakan emosi positif dan emosi negatif. Seseorang dikatakan mempunyai tingkat *subjective well-being* yang tinggi jika orang tersebut merasakan kepuasan dalam hidup, sering merasakan emosi positif seperti kegembiraan dan kasih sayang serta jarang merasakan emosi negatif seperti kesedihan dan amarah (Diener, Suh, dan Oishi, 1997). Pengertian ini sesuai yang dikatakan oleh Alston dan Dudley (dalam Hurlock, 2004) menyatakan bahwa kebahagiaan merupakan kemampuan seseorang untuk menikmati pengalaman-pengalamannya yang disertai tingkat kegembiraan.

Subjective well being mengacu pada bagaimana orang mengevaluasi hidup mereka, baik secara afektif maupun kognitif. Di dalamnya meliputi variabel-variabel seperti kepuasan dalam hidup, tidak adanya depresi dan kecemasan, serta adanya suasana hati (mood) dan emosi yang positif.

Salah satu faktor yang mempengaruhi *subjective well-being* adalah adanya hubungan yang positif dengan orang lain, karena dengan adanya hubungan yang positif tersebut akan mendapat dukungan sosial dan kedekatan emosional. Pada dasarnya kebutuhan untuk berinteraksi dengan orang lain merupakan suatu kebutuhan bawaan.

Dukungan sosial menurut Sarafino (2006) adalah perasaan kenyamanan, perhatian, penghargaan, atau bantuan yang diterima dari orang atau kelompok lain. Sarafino menambahkan bahwa orang-orang yang menerima dukungan sosial memiliki keyakinan bahwa mereka dicintai, bernilai, dan merupakan bagian dari

© UNIVERSITAS MEDAN AREA

kelompok yang dapat menolong mereka ketika membutuhkan bantuan. Menurut Orford (1992) *social support* bekerja dengan tujuan untuk memperkecil pengaruh tekanan-tekanan atau stres yang di alami individu. Dengan kata lain jika tidak ada tekanan atau stres maka *social support* tidak berpengaruh.

Adanya dukungan sosial dari keluarga, saudara, dan juga orang lain dapat memperkuat anak dalam menghadapi kehidupan sehari-hari. Misalnya individu yang mengalami suatu permasalahan sangat membutuhkan orang-orang yang dapat memberikan ia semangat, motivasi, nasehat-nasehat serta masukan-masukan yang dapat membantu dia keluar dari masalah yang ia hadapi.

Dukungan orang tua mencerminkan ketanggapan orang tua atas kebutuhan anak merupakan hal yang sangat penting bagi anak. Ellis, Thomas dan Rollins (1976) mendefinisikan dukungan orang tua sebagai interaksi yang dikembangkan oleh orang tua yang dicirikan oleh perawatan, kehangatan, persetujuan, dan berbagai perasaan positif orang tua terhadap anak. Dukungan orang tua membuat anak merasa nyaman terhadap kehadiran orang tua dan menegaskan dalam benak anak bahwa dirinya diterima dan diakui sebagai individu (Larsen & Dehle, 2007; Young, Miller, Norton & Hill, 1995).

Namun, tidak semua anak memiliki keluarga yang utuh. Beberapa anak hanya mempunyai satu orang tua dikarenakan kematian. Peristiwa ini tentu membawa dampak pada anak. Anak-anak tentunya lebih rentan terhadap stres akibat kehilangan salah satu orang tua.

Kematian orang tua merupakan suatu hal yang sangat sakit untuk dihadapi oleh seorang anak, apalagi jika peristiwa kematian orang tua itu terjadi pada saat

© UNIVERSITAS MEDAN AREA

seorang anak sedang berada dalam tahap remaja, pada saat transisi dari tahap kanak-kanak ketahap dewasa. Selama periode ini seorang remaja berada di dalam masa transisi dari masih tergantung sebagai seorang anak menjadi dapat berdiri sendiri sebagai orang dewasa. Perkembangan anak sangat membutuhkan perhatian dari orang-orang yang ada di sekeliling kehidupan anak, yaitu yang pertama dan terutama adalah orang tua sendiri yaitu ayah dan ibu. Peran dan fungsi orang tua dalam kehidupan anak sangat besar (dalam http://psychology.uii.ac.id/images/stories/jadwal_kuliah/naskah-publikasi-04320381.pdf).

Reaksi kedukaan yang muncul akibat kematian, seperti *shock*, marah, menarik diri, sedih, atau bahkan tindakan bunuh diri dapat disebabkan oleh ketidakmatangan dalam memahami dan menangani kematian, faktor budaya, dan kurangnya pengalaman pada remaja (Wadsworth, 1984).

Remaja yang hidup dengan orang tua tunggal akan mengalami berbagai konflik psikologis seperti penyesuaian diri dan adaptasi sosial, kematangan emosi, motivasi berprestasi, kemampuan mengatasi kesulitan maupun konflik psikologis lainnya. Kematian salah satu orang tua memberikan perubahan dalam keluarga.

Nolen-Hoeksema (1988) juga mengemukakan bahwa remaja memiliki level depresi yang tinggi dan orang dewasa menunjukkan level depresi yang lebih rendah (dikutip oleh Ehrlich & Isaacowitz, 2002). Selain itu, Arnett (1999) juga mengemukakan bahwa para remaja merasakan *self-concious* dan kebingungan dua atau tiga kali lebih sering daripada orang tua mereka dan juga cenderung merasa canggung, kesepian, cemas, dan diabaikan. Arnett (1999) menambahkan pula

© UNIVERSITAS MEDAN AREA

bahwa remaja juga mengalami gangguan suasana hati yang lebih sering daripada pra-remaja.

Kesalahan dalam memahami dan menangani gejolak psikologis pada remaja dapat berakibat fatal, seperti disorientasi sosial pada diri remaja. Oleh karena itu perlu dukungan dari semua pihak khususnya orangtua, guru, teman, dan lingkungan sosial untuk ikut memfasilitasi perkembangan psikologis remaja menuju dunia dewasa.

Dukungan terhadap anak bersumber dari dukungan keluarga, sekolah dan teman sebaya. Rendahnya dukungan sosial yang diterima oleh para anak diduga menjadi faktor yang dapat menyebabkan gangguan dalam hal kesehatan, kepuasan hidup, dan penyesuaian diri yang positif pada kondisi yang terjadi (Newman, dkk, 2007).

Seperti halnya yang terjadi pada anak yang memiliki orang tua tunggal, mereka kehilangan salah satu sosok orang tuanya yang membuat mereka merasa kesepian. Adanya perasaan kesepian dan kehilangan membuat mereka tidak merasa bahagia, merasa minder dalam kesehariannya. Seperti yang dikemukakan salah satu remaja yang memiliki orang tua tunggal:

> *"Semenjak mamak pergi gadak lagi orang yang bisa di ajaki cerita, Sa. Kayak soal pribadi, soal keluarga. Biasakan apa-apa cerita sama mamak. Ini mamak udah gadak ya gadak lagi tempat cerita. Semua berubah, beban keluarga yang biasa mamak yang mikir, ini sekarang aku yang mikir. Soal ngatur uang aku jadinya yang ngatur. Apa lagi semenjak mamak aku pergi sodara-sodara dia musuhi kami. Udah gadak dihargai lagi lah kami pokoknya, Sa."* (Komunikasi personal, 29 Maret 2014).

Akan tetapi dengan adanya dukungan sosial yang diberikan orang-orang disekitarnya dapat membuat mereka lebih termotivasi untuk melanjutkan

© UNIVERSITAS MEDAN AREA

kehidupan mereka yang lebih bahagia. Seperti yang dikemukakan oleh RM salah seorang remaja yang memiliki orang tua tunggal :

> "*Walaupun Ayah uda 4 tahun meninggal tetap aja abang suka sedih kalo uda ingat Ayah, iri aja lihat yang lain masih punya Ayah sedangkan abang udah gadak lagi, masih butuh sosok Ayah kali la dek sebenarnya. Tapi mama abang selalu bilang cepat selesaikan kuliah biar buat Ayah bangga di surga. Kalo udah ingat Ayah di surga sama cakap mama ya abang jadi semangat untuk kuliah betul-betul dek."* (Komunikasi personal, 3 Desember 2013).

> *"Kayak masalah kuliah ginikan sebenarnya lebih enak diskusi sama Ayah dek, apalagi Ayah abang pun dulu kerjanya di lapangan. Kan hampir sama kayak jurusan sipil ini kerjanya. Kalo mama abang lebih ke ngasih semngat aja, ga ngerti dia masalah kuliah abang"* (Komunikasi personal, 18 Maret 2014).

Dukungan orang tua terbukti berdampak positif pada kepuasan hidup (dalam Lestari, 2012).

Melihat pentingnya dukungan sosial dalam pembentukan *subjective well-being* yang di alami remaja maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai hubungan dukungan sosial dengan *subjective well-being*. Oleh karena itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul "Hubungan dukungan sosial dengan *subjective well-being* pada remaja yang memiliki orang tua tunggal (*single parent*)".

B. Identifikasi Masalah

Memiliki anak remaja dalam keluarga adalah tantangan tersendiri bagi para orang tua, dimana anak remaja sedang dalam perkembangan psikologis yang labil, dalam konteks perkembangan sosio-emosionalnya remaja cenderung menanyakan identitas dirinya, merasa pemikirannya telah berubah tidak seperti

© UNIVERSITAS MEDAN AREA

masa kanak-kanak lagi yaitu lebih logis dan abstrak, ingin bebas dari kontrol orangtua dan memiliki pendapat sendiri (Santrock, 2003).

Kebahagiaan adalah dambaan setiap orang, seperti yang diinginkan oleh seorang remaja. Kebahagiaan adalah keadaan emosi positif yang didefinisikan secara subjektif oleh setiap orang (Snyder & Lopez, 2006). Kebahagiaan agak sulit untuk diartikan karena cakupannya yang luas dan dalam (Strongman, 2005).

Satu istilah lain yang juga berkaitan dengan kebahagiaan dan kepuasan hidup adalah *subjective well-being* (SWB). *Subjective well-being* ialah penilaian individu perihal kepuasan hidupnya. Seorang individu dikatakan memiliki kesejahteraan psikologis baik ketika ia merasa bahagia secara afektif dan puas dengan kehidupannya secara koginitif. Kesejahteraan psikologis yang baik akan hadir ketika situasi menyenangkan terjadi dalam keluarga individu dan juga lingkungan luar individu tersebut.

O'Connor (1993) menyebutkan bahwa istilah kepuasan hidup dapat juga mengacu pada SWB yaitu merupakan penilaian individual akan kebahagiaan atau kepuasan yang menggambarkan penilaian global atas keseluruhan aspek dalam hidup seseorang.

Individu dengan tingkat *subjective well-being* yang tinggi akan merasa lebih percaya diri, dapat menjalin hubungan sosial dengan lebih baik, serta menunjukkan perfomansi kerja yang lebih baik. Selain itu dalam keadaan yang penuh tekanan, individu dengan tingkat *subjective well-being* yang tinggi dapat melakukan adaptasi dan *coping* yang lebih efektif terhadap keadaan tersebut

© UNIVERSITAS MEDAN AREA

sehingga merasakan kehidupan yang lebih baik (Diener, Biswas-Diener, & Tamir, 2004).

Salah satu faktor yang mempengaruhi *subjective well-being* adalah hubungan yang positif. Dengan adanya hubungan yang positif dengan orang lain maka individu akan memperoleh dukungan sosial dari lingkungan sekitar dan kedekatan emosi. Dukungan sosial adalah perasaan kenyamanan perhatian, penghargaan, atau bantuan yang diterima dari orang atau kelompok lain. Sarafino menambahkan bahwa orang-orang yang menerima dukungan sosial memiliki keyakinan bahwa mereka dicintai, bernilai, dan merupakan bagian dari kelompok yang dapat menolong mereka ketika membutuhkan bantuan.

Dukungan terhadap anak bersumber dari dukungan keluarga, sekolah, dan teman sebaya. Rendahnya dukungan sosial yang di terima anak diduga menjadi faktor yang dapat menyebabkan gangguan dalam hal kesehatan, kepuasan hidup, dan penyesuaian diri yang positif pada kondisi yang terjadi (Newman, dkk, 2007).

Kenyataan dalam kehidupan sehari-hari, tidak semua anak memiliki orang tua lengkap. Anak yang memiliki orang tua tunggal tidak bisa merasakan kesejahteraan dalam hidupnya. Dikarenakan, mereka kehilangan salah satu figur orang tua yang membuat mereka tidak puas dan memerlukan dukungan sosial.

Anak yang memiliki orang tua tunggal, memerlukan dukungan sosial dari orang-orang yang ada disekitarnya. Dengan begitu, ia merasa bahwa dirinya dicintai dengan diberikan perhatian-perhatian dari orang yang ada disekitarnya. Kehilangan salah satu sosok orang tuanya yang membuat mereka merasa kesepian. Adanya perasaan kesepian dan kehilangan membuat mereka tidak

© UNIVERSITAS MEDAN AREA

merasa bahagia, merasa minder dalam kesehariannya. Akan tetapi dengan adanya dukungan sosial yang diberikan orang-orang disekitarnya dapat membuat mereka lebih termotivasi untuk melanjutkan kehidupan mereka yang lebih bahagia.

Dukungan sosial dalam pembentukan *subjective well-being* sangat perlu dilakukan. Hal itulah yang membuat peneliti ingin mengetahui apakah ada hubungan antara dukungan sosial dengan *subjective well-being* pada remaja yang memiliki orang tua tunggal (*single parent*).

C. Rumusan Masalah

Penelitian ini dilakukan untuk melihat apakah ada hubungan antara dukungan sosial dengan *subjective well-being* pada remaja yang memiliki orang tua tunggal (*single parent*).

D. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian ini adalah untuk melihat hubungan dukungan sosial dengan *subjective well-being* pada remaja yang memiliki orang tua tunggal (*single parent*).

E. Manfaat Penelitan

Setiap penelitian ilmiah di harapkan dapat memberikan manfaat, adapun manfaat yang di harapkan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

© UNIVERSITAS MEDAN AREA

1. Manfaat teoritis

   Kiranya dari hasil penelitian ini akan menambah khasanah ilmu pengetahuan pada bidang psikologi perkembangan sehingga dapat dijadikan referensi terutama yang berhubungan dengan dukungan sosial dengan *subjective well-being* pada remaja yang memiliki orang tua tunggal (*single parent*).

2. Manfaat praktis

   Memberikan sumbangan berupa masukan untuk para remaja dan orangtua betapa pentingnya dukungan sosial yang diberikan oleh orang di sekitarnya demi kebahagiaan remaja.

© UNIVERSITAS MEDAN AREA