

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **A. Remaja**

##### **1. Pengertian Remaja**

Remaja adalah masa yang sulit, remaja mengalami kesulitan dengan dirinya sendiri, orangtua dan orang dewasa lainnya tugasnya adalah melatih, mendidik serta mengarahkan mereka. Menurut Stewart (dalam Santrock, 2011) bahwa masa remaja adalah masa yang paling sederhana karena tidak berlakunya aturan. Remaja selalu mencoba banyak hal, berusaha mencoba hal yang cocok dengan dirinya.

Remaja sebagai manusia yang sedang berkembang menuju tahap dewasa, mengalami pertumbuhan dan perkembangan. Dalam perkembangannya, remaja memiliki ciri perkembangan yang khas dan menonjol. Masa remaja merupakan titik tolak perkembangan semua aspek perkembangan yaitu aspek fisiologis, aspek psikologis dan aspek sosial. Perkembangan aspek fisiologis ditandai dengan adanya perubahan fisik, seperti bertambahnya tinggi badan dan berat badan, perubahan otot serta munculnya tanda-tanda seksual sekunder. Perkembangan aspek psikologis meliputi keadaan emosi, kognisi dan pemahaman terhadap diri pribadinya. Perkembangan aspek sosial seperti pemahaman nilai sosial dalam melakukan interaksi. Ketiga aspek tersebut berkembang saling berkaitan dan saling berhubungan (Hurlock, 1991).

Piaget mengatakan secara psikologis masa remaja usia dimana individu berinteraksi dengan masyarakat dewasa, usia dimana anak tidak lagi merasa

dibawah tingkat orang-orang lebih tua melainkan berada pada tingkat yang sama sekurang-kurangnya dalam masalah hak, integrasi dalam masyarakat (dewasa) mempunyai aspek efektif, kurang lebih berhubungan dengan masa puber termasuk juga perubahan intelektual yang khas dan cara berfikir remaja itu memungkinkan untuk mencapai integrasi dalam hubungan sosial yang dewasa, dan kenyataannya merupakan ciri khas yang umum.

Usia remaja sekitar 12-21 tahun, kemudian di masa remaja ini ditandai dengan adanya perubahan yang penuh dengan masalah yang dihadapi oleh seorang individu (Hurlock, 1990).

Berdasarkan uraian diatas, maka dapat disimpulkan bahwa remaja adalah seseorang yang berada diantara masa kanak-kanak dengan masa dewasa, berusia sekitar 12-21 tahun yang ditandai dengan adanya perubahan-perubahan, termasuk perubahan sosial, dimana individu berintegrasi dengan masyarakat.

## **2. Ciri-ciri remaja**

Hurlock (1990) menguraikan ciri-ciri dari remaja yaitu:

### **a. Masa remaja sebagai periode yang penting**

Pada periode ini baik akibat langsung maupun akibat jangka panjang tetap penting. Ada periode yang penting akibat fisik dan ada lagi karena akibat psikologis pada periode remaja kedua-duanya sama penting.

### **b. Masa remaja sebagai periode peralihan**

Dalam periode peralihan suatu individu tidaklah jelas dan terdapat keraguan peran yang akan dilakukan, pada masa ini remaja bukan lagi

seseorang anak juga bukan orang dewasa. Status remaja yang tidak jelas ini juga menguntungkan karena memberikan waktu kepadanya untuk mencoba gaya hidup yang berbeda dan menentukan pola perilaku, nilai dan sifat yang paling sesuai bagi dirinya.

c. Masa remaja sebagai periode perubahan

Tingkat perubahan dalam sikap dan perilaku selama masa remaja sejajar dengan tingkat perubahan fisik. Selama masa remaja ketika perubahan fisik terjadi dengan sangat pesat, perubahan perilaku dan sikap juga berlangsung pesat.

d. Masa remaja sebagai usia bermasalah

Masa remaja sering menjadi masalah yang sulit diatasi baik oleh anak laki-laki maupun perempuan. Ketidakmampuan mereka mengatasi sendiri masalahnya menurut cara yang mereka yakini, banyak remaja yang akhirnya menemukan bahwa penyelesaiannya selalu tidak sesuai dengan harapan mereka.

e. Masa remaja sebagai masa dengan mencari identitas

Pada tahun-tahun awal masa remaja, penyesuaian diri dengan masa kelompok masih tetap penting bagi anak laki-laki dan perempuan. Lambat laun mereka mulai mendapatkan identitas diri dan tidak puas lagi dengan masa dengan teman-teman dalam segala hal seperti sebelumnya.

f. Masa remaja sebagai usia yang menimbulkan ketakutan

Banyak anggapan populer tentang remaja yang mempunyai arti berlebihan dan sayangnya yang bersifat negatif. Anggapan stereotip budaya bahwa remaja adalah anak-anak yang tidak rapi, tidak dapat dipercaya dan cenderung merusak serta berperilaku merusak, menyebabkan orang dewasa yang harus membimbing dan mengevaluasi kehidupan remaja muda yang takut bertanggung jawab dan bersikap tidak simpatik terhadap perilaku remaja yang normal.

g. Masa remaja sebagai masa yang kurang realistik

Remaja cenderung memandang kehidupan melalui dirinya sendiri dan oranglain sebagaimana adanya terlebih dalam hal cita-cita. Cita-cita yang kurang realistik ini tidak hanya bagi dirinya sendiri tetapi bagi keluarga dan teman-temannya yang menyebabkan meningginya emosi yang merupakan ciri dari awal masa remaja. Semakin kurang realistik cita-citanya maka emosi yang muncul cenderung dalam bentuk marah.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa ciri-ciri remaja adalah sebagai periode yang penting. Masa remaja sebagai periode peralihan, sebagai periode perubahan, sebagai usia bermasalah, masa sebagai mencari identitas, sebagai usia yang menimbulkan ketakutan dan sebagai masa yang kurang realistik terhadap cita-citanya.

### **3. Tugas-tugas Perkembangan Masa Remaja**

Tugas-tugas perkembangan masa remaja menurut Havighurst (dalam Hurlock, 1990) yaitu:

1. Mencari hubungan baru dan yang lebih matang dengan teman sebaya baik pria maupun wanita
2. Mencapai peran sosial pria dan wanita
3. Menerima keadaan fisik dan kebutuhannya serta menggunakan secara efektif
4. Mengharapkan dan mencapai perilaku sosial yang bertanggung jawab
5. Mencapai kemandirian emosional dan orangtua dengan orang-orang dewasa lainnya
6. Mempersiapkan karir ekonomi
7. Mempersiapkan perkawinan dan keluarga
8. Memperoleh peringkat nilai dan sistem etis

Berdasarkan uraian diatas tugas perkembangan masa remaja yaitu mencari hubungan baru dan lebih matang dengan teman-teman sebaya baik pria maupun wanita, mencapai peran sosial pria dan wanita, menerima keadaan fisik dan kebutuhannya serta menggunakan secara efektif, mengharapkan dan mencapai perilaku sosial yang bertanggung jawab, mencapai kemandirian emosional dan orangtua dengan orang-orang dewasa lainnya, mempersiapkan karir ekonomi, mempersiapkan perkawinan dan keluarga dan memperoleh peringkat nilai dan sistem etis.

## ***B. Single parent***

### ***1. Definisi Single Parent***

Pada umumnya keluarga terdiri dari ayah, ibu, dan anak-anak. Ayah dan ibu berperan sebagai orang tua bagi anak-anaknya. Namun, dalam kehidupan nyata sering dijumpai keluarga dimana salah satu orang tuanya tidak ada lagi. Keadaan ini menimbulkan apa yang disebut dengan keluarga dengan single parent.

Menurut Hurlock (1999: 199) orangtua tunggal (*single parent*) adalah orangtua yang telah menduda atau menjanda entah bapak atau ibu, mengasumsikan tanggung jawab untuk memelihara anak-anak setelah kematian pasangannya, perceraian atau kelahiran anak diluar nikah (Hurlock, 1999).

Hammer & Turner (1990: 190) menyatakan bahwa: "*A single parent family consist of one parent with dependent children living in the same household*" (Hamner & Turner, 1990). Sementara itu, Sager, dkk (dalam Duvall&Miller, 1985) menyatakan bahwa orang *single parent* adalah orang tua yang secara sendirian membesarkan anak-anaknya tanpa kehadiran, dukungan, dan tanggung jawab pasangannya. Sejalan dengan pendapat Sager, dkk, Perlmutter dan Hall (1985: 362) menyatakan bahwa *single parent* adalah: "*Parents without partner who continue to raise their children*" (Perlmutter & Hall, 1985).

Berdasarkan berbagai definisi di atas, dapat disimpulkan bahwa keluarga dengan *single parent* adalah keluarga yang hanya terdiri dari satu orang tua yang dimana mereka secara sendirian membesarkan anak-anaknya tanpa kehadiran,

dukungan, tanggung jawab pasangannya dan hidup bersama dengan anak-anaknya dalam satu rumah.

## 2. **Problematika Orangtua Tunggal (*single parent*)**

Kimmel (1980) dan Walsh (2003) menyatakan beberapa permasalahan yang sering timbul di dalam keluarga dengan orang tunggal baik wanita maupun pria yakni merasa kesepian, perasaan terjebak dengan tanggung jawab mengasuh anak dan mencari sumber pendapatan, kekurangan waktu untuk mengurus diri dan kehidupan seksualnya, kelelahan menanggung tanggung jawab untuk mendukung dan membesarkan anak sendirian, mengatasi hilangnya hubungan dengan partner special, memiliki jam kerja yang lebih panjang, lebih banyak masalah ekonomi yang muncul, menghadapi perubahan hidup yang lebih menekan, lebih rentan terkena depresi, kurangnya dukungan sosial dalam melakukan perannya sebagai orang tua, dan memiliki fisik yang rentan terhadap penyakit (Kimmel, 1980).

Sedangkan masalah khusus yang timbul pada keluarga dengan orang tua tunggal wanita adalah kesulitan mendapatkan pendapatan yang cukup, kesulitan mendapat pekerjaan yang layak, kesulitan membayar biaya untuk anak, kesulitan menutupi kebutuhan lainnya.

Sementara pada keluarga dengan orang tua tunggal pria masalah khusus yang timbul hanya dalam hal memberikan perlindungan dan perhatian pada anak (Kimmel, 1980).

Pada kasus keluarga dengan orang tua tunggal yang terjadi karena perceraian, Duvall & Miller (1985) menyatakan bahwa baik bagi wanita maupun pria proses setelah terjadinya perceraian seperti orang yang baru mulai belajar

berjalan dengan satu kaki, setelah kaki yang lainnya dipotong. Perceraian adalah proses amputasi pernikahan. Tidak peduli seberapa pentingnya perceraian tersebut, perceraian tetap saja menyakitkan (Duvall dkk, 1985).

### **C. Subjective Well-Being**

#### **1. Pengertian Subjective Well-Being**

Menurut Pavot dan Diener dalam Linley dan Joseph (2004: 680) *subjective well-being* mewakili penilaian seseorang terhadap diri mereka sendiri, dan penilaian tersebut dapat berdasarkan kepada respon kognitif (teori) dan emosional. Penilaian seperti itu adalah informasi pokok dalam menentukan kualitas hidup dan kepuasan (*well-being*) seseorang secara keseluruhan, tetapi tidak cukup untuk menyebabkan kualitas hidup yang baik jika elemen dasar dari martabat dan kebebasan manusia tidak ada.

Diener, Suh, & Oishi dalam Eid dan Larsen (2008: 45), menjelaskan bahwa individu dikatakan memiliki *subjective well-being* tinggi jika mengalami kepuasan hidup, sering merasakan kegembiraan, dan jarang merasakan emosi yang tidak menyenangkan seperti kesedihan atau kemarahan. Sebaliknya, individu dikatakan memiliki *subjective well-being* rendah jika tidak puas dengan kehidupannya, mengalami sedikit kegembiraan dan afeksi, serta lebih sering merasakan emosi negatif seperti kemarahan atau kecemasan.

Compton (2005: 43), berpendapat bahwa *subjective well-being* terbagi dalam dua variabel utama: kebahagiaan dan kepuasan hidup. Kebahagiaan berkaitan dengan keadaan emosional individu dan bagaimana individu merasakan

diri dan dunianya. Kepuasan hidup cenderung disebutkan sebagai penilaian global tentang kemampuan individu menerima hidupnya.

Menurut Diener (2009: 12) definisi dari *subjective well-being* dan kebahagiaan dapat dibuat menjadi tiga kategori. Pertama, *subjective well-being* bukanlah sebuah pernyataan subjektif tetapi merupakan beberapa keinginan berkualitas yang ingin dimiliki setiap orang. Kedua, *subjective well-being* merupakan sebuah penilaian secara menyeluruh dari kehidupan seseorang yang merujuk pada berbagai macam kriteria. Arti ketiga dari *subjective well-being* jika digunakan dalam percakapan sehari-hari yaitu dimana perasaan positif lebih besar daripada perasaan negatif. Merujuk pada pendapat Campbell (dalam Diener, 2009: 13) bahwa *subjective well-being* terletak pada pengalaman setiap individu yang merupakan pengukuran positif dan secara khas mencakup pada penilaian dari seluruh aspek kehidupan seseorang.

Dari beberapa pengertian di atas dapat disimpulkan bahwa *subjective well-being* adalah persepsi seseorang terhadap pengalaman hidupnya, yang terdiri dari evaluasi kognitif dan afeksi terhadap hidup dan merepresentasikan dalam kesejahteraan psikologis.

## **2. Dimensi *Subjective Well-being***

Diener (1994) menyatakan bahwa *subjective well-being* memiliki tiga bagian penting, pertama merupakan penilaian subyektif berdasarkan pengalaman-pengalaman individu, kedua mencakup penilaian ketidakhadiran faktor-faktor negatif, dan ketiga penilaian kepuasan global.

Diener (1994) menyatakan adanya 2 komponen umum dalam *subjective well-being* yaitu dimensi kognitif dan dimensi afektif.

a. Dimensi kognitif

Kepuasan hidup (*life satisfaction*) merupakan bagian dari dimensi kognitif dari *subjective well-being*. *Life satisfaction* (Diener, 1994) merupakan penilaian kognitif seseorang mengenai kehidupannya, apakah kehidupan yang dijalannya berjalan dengan baik. Ini merupakan perasaan cukup, damai dan puas, dari kesenjangan antara keinginan dan kebutuhan dengan pencapaian dan pemenuhan. Campbell, Converse, dan Rodgers (dalam Diener, 1994) mengatakan bahwa kompoen kognitif ini merupakan kesenjangan yang dipersepsikan antara keinginan dan pencapaiannya apakah terpenuhi atau tidak.

Dimensi kognitif *subjective well-being* ini juga mencakup area kepuasan / *domain satisfaction* individu di berbagai bidang kehidupannya seperti bidang yang berkaitan dengan diri sendiri, keluarga, kelompok teman sebaya, kesehatan, keuangan, pekerjaan, dan waktu luang, artinya dimensi ini memiliki gambaran yang *multifacet*. Dan hal ini sangat bergantung pada budaya dan bagaimana kehidupan seseorang itu terbentuk. (Diener, 1984). Andrew dan Withey (dalam Diener, 1984) juga menyatakan bahwa domain yang paling dekat dan mendesak dalam kehidupan individu merupakan domain yang paling mempengaruhi *subjective well-being* individu

tersebut. Diener (2000) mengatakan bahwa dimensi ini dapat dipengaruhi oleh afek namun tidak mengukur emosi seseorang.

b. Dimensi afektif

Dimensi dasar dari *subjective well-being* adalah afek, di mana di dalamnya termasuk *mood* dan emosi yang menyenangkan dan tidak menyenangkan. Orang bereaksi dengan emosi yang menyenangkan ketika mereka menganggap sesuatu yang baik terjadi pada diri mereka, dan bereaksi dengan emosi yang tidak menyenangkan ketika menganggap sesuatu yang buruk terjadi pada mereka, karenanya *mood* dan emosi bukan hanya menyenangkan dan tidak menyenangkan tetapi juga mengindikasikan apakah kejadian itu diharapkan atau tidak (Diener, 2003).

Dimensi afek ini mencakup afek positif yaitu emosi positif yang menyenangkan dan afek negatif yaitu emosi dan *mood* yang tidak menyenangkan, dimana kedua afek ini berdiri sendiri dan masing-masing memiliki frekuensi dan intensitas (Diener, 2000).

Diener & Lucas (2000) mengatakan dimensi afektif ini merupakan hal yang sentral untuk *subjective well-being*. Dimensi afek memiliki peranan dalam mengevaluasi *well-being* karena dimensi afek memberi kontribusi perasaan menyenangkan dan perasaan tidak menyenangkan pada dasar kontinual pengalaman personal. Kedua afek berkaitan dengan evaluasi seseorang karena emosi muncul dari evaluasi yang dibuat oleh orang tersebut.

Afek positif meliputi simptom-simptom antusiasme, keceriaan, dan kebahagiaan hidup. Sedangkan afek negatif merupakan kehadiran simptom yang menyatakan bahwa hidup tidak menyenangkan (Synder, 2007). Dimensi afek ini menekankan pada pengalaman emosi menyenangkan baik yang pada saat ini sering dialami oleh seseorang ataupun hanya berdasarkan penilaiannya (Diener, 1984).

Diener (1984) juga mengungkapkan bahwa keseimbangan tingkat afek merujuk kepada banyaknya perasaan positif yang dialami dibandingkan dengan perasaan negatif.

Diener (1994) kepuasan hidup dan banyaknya afek positif dan negatif dapat saling berkaitan, hal ini disebabkan oleh penilaian seseorang terhadap kegiatan-kegiatan yang dilakukan, masalah, dan kejadian-kejadian dalam hidupnya. Sekalipun kedua hal ini berkaitan, namun keduanya berbeda, kepuasan hidup merupakan penilaian mengenai hidup seseorang secara menyeluruh, sedangkan afek positif dan negatif terdiri dari reaksi-reaksi berkelanjutan terhadap kejadian-kejadian yang dialami.

### **3. Faktor yang Mempengaruhi *Subjective Well-Being***

Menurut Pavot dan Diener (dalam Linely dan Joseph, 2004: 681) faktor-faktor yang mempengaruhi *subjective well-being* adalah sebagai berikut:

a. Perangai/watak

Perangai biasanya diinterpretasikan sebagai sifat dasar dan universal dari kepribadian, dianggap menjadi yang paling dapat diturunkan, dan ditunjukkan sebagai faktor yang stabil di dalam kepribadian seseorang.

b. Sifat

Sifat ekstrovert berada pada tingkat kebahagiaan yang lebih tinggi karena mempunyai kepekaan yang lebih besar terhadap imbalan yang positif atau mempunyai reaksi yang lebih kuat terhadap peristiwa yang menyenangkan.

c. Karakter pribadi lain

Karakter pribadi lain seperti optimisme dan percaya diri berhubungan dengan *subjective well-being*. Orang yang lebih optimis tentang masa depannya dilaporkan merasa lebih bahagia dan puas atas hidupnya dibandingkan dengan orang pesimis yang mudah menyerah dan putus asa jika suatu hal terjadi tidak sesuai dengan keinginannya.

d. Hubungan sosial

Hubungan yang positif dengan orang lain berkaitan dengan *subjective well-being*, 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.

e. Pendapatan

Dari survei diketahui, 96 persen orang mengakui bahwa kepuasan hidup bertambah seiring meningkatnya pendapatan pribadi maupun negara bersangkutan. Meski begitu, ketimbang uang, perasaan bahagia lebih banyak dipengaruhi faktor lain seperti merasa dihormati, kemandirian, keberadaan teman serta memiliki pekerjaan yang memuaskan.

f. Pengangguran

Adanya masa pengangguran dapat menyebabkan berkurangnya *subjective well-being*, walaupun akhirnya orang tersebut dapat bekerja kembali. Pengangguran adalah penyebab besar adanya ketidakbahagiaan, namun perlu diperhatikan bahwa tidak semua pengangguran mengalami ketidakbahagiaan.

g. Pengaruh sosial/budaya

Pengaruh masyarakat bahwa perbedaan *subjective well-being* dapat timbul karena perbedaan kekayaan Negara. Ia menerangkan lebih lanjut bahwa kekayaan Negara dapat menimbulkan *subjective well-being* yang tinggi karena biasanya Negara yang kaya menghargai hak asasi manusia, memungkinkan orang yang hidup disitu untuk berumur panjang dan memberikan demokrasi.

Dari uraian diatas dapat diambil kesimpulan bahwa ada 7 faktor yang mempengaruhi *subjective well-being*, yaitu: perangai/watak, sifat, karakter pribadi

lain berupa *optimism* dan percaya diri, hubungan sosial, pendapatan, pengangguran dan pengaruh sosial/budaya.

#### **D. Dukungan Sosial**

##### **1. Pengertian Dukungan Sosial**

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 kelompok yang dapat menolong mereka ketika membutuhkan bantuan.

Cohen dan Wills (1985) mendefinisikan dukungan sosial sebagai pertolongan dan dukungan yang diperoleh seseorang dari interaksinya dengan orang lain. Dukungan sosial timbul oleh adanya persepsi bahwa terdapat orang-orang yang akan membantu apabila terjadi suatu keadaan atau peristiwa yang dipandang akan menimbulkan masalah dan bantuan tersebut dirasakan dapat menaikkan perasaan positif serta mengangkat harga diri. Kondisi atau keadaan psikologis ini dapat mempengaruhi respon-respon dan perilaku individu sehingga berpengaruh terhadap kesejahteraan individu secara umum.

Berdasarkan berbagai definisi di atas dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial adalah segala bentuk bantuan yang diberikan pada individu berupa kenyamanan, perhatian, penghargaan, yang dirasakan individu dapat memberi efek positif bagi dirinya yang diperolehnya melalui interaksi dengan individu atau kelompok lain.

## 2. Aspek-aspek dukungan sosial

House, dkk (dalam Khotimah,2006) mengemukakan beberapa aspek-aspek dukungan sosial, antara lain:

- a. Dukungan emosional (*Emotional Support*) : dinyatakan dalam bentuk bantuan untuk memberikan kehangatan dan kasih sayang, memberikan perhatian, percaya terhadap individu serta pengumpulan simpati. Aspek ini melibatkan kekuatan jasmani dan keinginan untuk percaya pada orang lain tersebut mampu memberikan cinta dan kasih sayang kepadanya.
- b. Dukungan penghargaan (*esteem support*) house (dalam Smet,1994) : menyatakan bahwa, dukungan penghargaan dapat di berikan melalui penghargaan atau penilaian yang positif kepada individu, dorongan maju dan semangat atau persetujuan mengenai idea tau pendapat individu serta melakukan perbandingan secara positif terhadap orang lain.
- c. Dukungan instrumental (*tangible or instrumental support*) : mencakup bantuan langsung, seperti memberikan pinjaman uang atau menolong dengan melakukan suatu pekerjaan guna menyelesaikan tugas-tugas individu. Aspek ini meliputi penyediaan sarana untuk mempermudah atau menolong orang lain sebagai contohnya adalah peralatan, perlengkapan ,dan sarana pendukung lain dan termasuk didalamnya memberikan peluang.

- d. Dukungan informasi (*informational support*) : memberikan informasi, nasehat, sugesti ataupun umpan balik mengenai apa yang sebaiknya dilakukan oleh orang lain yang membutuhkan.

Berdasarkan uraian di atas dapat di simpulkan bahwa aspek dari dukungan sosial yang mendukung adalah dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dan dukungan informasi.

### **3. Faktor-faktor yang mempengaruhi Dukungan Sosial**

Menurut pendapat Jhonson & Jhonson (dalam Agustina, 1996) mengemukakan dua faktor yang mempengaruhi dukungan sosial, yaitu :

- a. Berdasarkan banyak kontak sosial yang dilakukan individu, pengukuran dukungan sosial dalam hal ini dapat dilihat dari banyaknya terjadi kontak sosial dan interaksi hubungan dengan saudara-saudaranya atau teman-teman, keanggotaan dalam suatu kegiatan keagamaan ataupun keanggotaan dalam organisasi yang bersifat formal maupun organisasi yang bersifat informal.
- b. Berdasarkan keterdekatan hubungan dukungan sosial dalam hal ini didasarkan pada kualitas hubungan yang terjalin antara pemberi dan penerima dukungan, bukan berdasarkan kuantitas pertemuan. Sejauh mana jalinan hubungan antara pemberi dan penerima dukungan terjadi sebesar apa kualitas hubungan yang terjadi diantara pemberi dan penerima dukungan, maka akan semakin berdampak positif bagi terjadinya perubahan perilaku yang diharapkan dan dapat membantu

individu penerima dukungan untuk keluar dari persoalan yang tengah menimpa dirinya.

Namun, Offord (dalam Purwari, 2004) mengemukakan faktor-faktor dari dukungan sosial sebagai berikut :

- a. Memberikan dukungan nyata.
- b. Memberikan dukungan secara emosi, seperti kehangatan dan cinta kasih.
- c. Memberikan penghargaan terhadap perilaku positif sehingga menunjukkan bahwa individu tersebut dihargai dan diterima.
- d. Memberi informasi yang dapat memberi pemecahan terhadap suatu masalah, misalnya informasi yang berupa nasehat dan bimbingan.
- e. Bersama-sama melakukan kegiatan yang menyenangkan.

Jhonson & Jhonson (dalam Rahmayani, 2007) mengungkapkan bahwa dukungan sosial secara umum dapat meningkatkan :

- a. Produktivitas, melalui peningkatan motivasi, kualitas penalaran, kepuasan kerja dan mengurangi dampak stress kerja.
- b. Kesejahteraan psikologis dan kemampuan penyesuaian diri melalui perasaan memiliki kejelasan identitas diri, peningkatan harga diri, pengurangan distress, dan penyediaan sumber yang dibutuhkan.
- c. Manajemen stress yang produktif melalui perhatian, informasi dan umpan balik yang diperlukan untuk melakukan penanganan terhadap stress.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial memberikan manfaat bagi pemeliharaan dan peningkatan kesejahteraan psikis maupun fisik pada individu karena dukungan sosial memungkinkan individu mengelola stress dan perubahan secara produktif melalui akses informasi baru, bantuan instrumental, umpan balik, pemberian perhatian, peningkatan harga diri dan semangat, sehingga individu yang bersangkutan yakin bahwa dapat mengatasi masalahnya, dan mampu mengembangkan tindakan yang sesuai untuk mengatasi masalah tersebut.

#### **4. Teori Model Dukungan Sosial**

Sarafino (2006) mengemukakan dua teori model untuk menjelaskan bagaimana dukungan sosial berperan dalam mempengaruhi efek dari keadaan stres, yaitu: teori *buffering* dan *direct effect*.

##### *a. Buffering hypothesis*

Dukungan sosial mempengaruhi kesehatan dan *well-being* dengan melindungi individu dari efek negatif tekanan tinggi yang dialami individu. Proses *buffering* (penyanggaan) terjadi dalam dua cara, yaitu: Pertama, ketika individu menahan tekanan yang kuat, maka dengan tingkat dukungan sosial yang tinggi individu tersebut akan mampu mengatasi situasi tersebut dibandingkan dengan individu yang memiliki tingkat dukungan sosial yang rendah. Kedua, dukungan sosial mampu untuk memodifikasi respon individu terhadap stresor setelah proses appraisal pertama.

b. *Direct effect hypothesis*

Dukungan sosial memberi manfaat terhadap kesehatan dan *well-being* tanpa memperhitungkan jumlah stres yang dialami individu, manfaat dukungan sosial hampir sama ketika individu pada situasi *stressor* yang tinggi dan rendah. Proses *direct effect* terjadi dengan proses sebagai berikut: individu dengan dukungan sosial yang tinggi akan mempunyai perasaan *belongingness* dan harga diri yang kuat.

**E. Hubungan Dukungan Sosial dengan Subjective Well-Being pada remaja yang memiliki orangtua tunggal (*single parent*)**

*Subjective well-being* ialah penilaian individu perihal kepuasan hidupnya. Istilah *subjective well-being* didefinisikan sebagai evaluasi kognitif dan afektif seseorang tentang hidupnya yang meliputi penilaian emosional terhadap berbagai kejadian yang dialami yang sejalan dengan penilaian kognitif terhadap kepuasan dan pemenuhan hidup. Seseorang dikatakan memiliki *subjective well-being* yang tinggi jika mereka merasa puas dengan kondisi hidup mereka, seringkali merasakan emosi positif dan jarang merasakan emosi negatif (Diener dan Larsen, 1984, dalam Edington, 2005).

Seorang individu dikatakan memiliki kesejahteraan psikologis baik ketika ia merasa bahagia secara afektif dan puas dengan kehidupannya secara kognitif. Kesejahteraan psikologis yang baik akan hadir ketika situasi menyenangkan terjadi dalam keluarga individu dan juga lingkungan luar individu tersebut. Kefungsian keluarga menjadi pengaruh yang sangat kuat dalam mempengaruhi

kesejahteraan psikologis anak dan orangtua dalam menerima kebahagiaan sepanjang waktu (Hassan, Yussof, & Alavi, 2012).

Lazarus dan Folkman (dalam Nayana, 2013), juga menyebutkan bahwa sumber kebahagiaan *subjective* lainnya adalah dukungan sosial yang baik, adanya kedekatan dengan orang lain, perhatian dari keluarga dan teman, adanya penghargaan dari orang lain, dapat membuat seseorang merasa di hargai dan dibutuhkan sehingga keadaan ini membuat ia bahagia.

Salah satu faktor yang mempengaruhi *subjective well-being* seseorang ialah hubungan sosial yang positif, karena dengan adanya hubungan yang positif tersebut akan mendapat dukungan sosial dan kedekatan emosional.

Keberadaan dukungan sosial menjadi suatu hal yang diharapkan oleh seseorang. Karena dengan adanya dukungan sosial mereka akan menjadi lebih kuat dan mampu mengatasi hambatan-hambatan yang ada di dalam hidupnya. Mereka merasa seseorang peduli dengan apa yang sedang dihadapi dan mereka merasa tidak sendirian. Napitupulu, Nashori, dan Kurniawan (2007) mengemukakan pada dasarnya setiap anak memerlukan dorongan dari orang disekitarnya apabila mereka merasa tidak mampu menghadapi masalah atau situasi tertentu.

Dukungan sosial bertujuan meningkatkan kesejahteraan, keberadaan, serta dapat memberi bantuan, semangat, penerimaan, dan perhatian pada diri individu. Seseorang akan merasa bahagia dengan dukungan yang dia terima dari keluarga, teman-teman, sehingga membuat individu merasa lebih percaya diri dan merasa lebih berarti, dengan demikian individu mendapatkan penerimaan dari lingkungan

yang membuat ia bisa memaknai hidup sehingga ia merasa bahagia dalam hidupnya.

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).

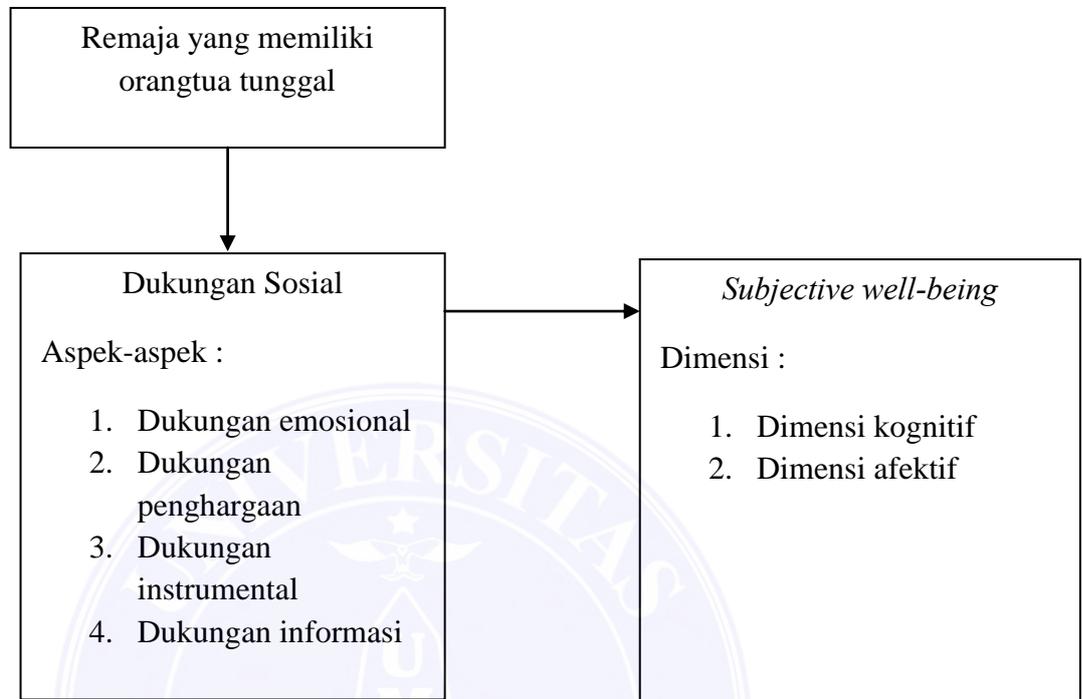
Remaja dengan keluarga yang berfungsi semestinya yaitu memenuhi kebutuhan sosial anggota-anggotanya dan membangun ikatan emosional yang erat maka akan merasa aman dan terhindari melakukan kekerasan karena memiliki keluarga yang peduli dan memberi mereka rasa aman.

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

Remaja mengalami masa puber diusianya, dimana mereka mengalami perasaan-perasaan tidak menentu dan sikap yang tidak tenang. Disaat-saat seperti ini remaja membutuhkan keluarga sebagai pelindung dan pendidik mereka.

Pada anak-anak yang mempunyai orangtua tunggal, mereka kehilangan kasih sayang dan perhatian orang-orang yang mereka cintai dan jauh dari keluarga, dengan dukungan sosial yang baik yang mereka terima baik dari saudara-saudara maupun teman-teman membuat mereka tidak merasa kehilangan orang-orang yang disayanginya, yang membuat mereka lebih semangat dalam menjalani hidupnya.

## F. Kerangka konseptual



## G. Hipotesis

Ada hubungan positif antara dukungan sosial dengan *subjective well-being* terhadap perilaku pada remaja. Dengan asumsi semakin tinggi dukungan sosial yang diperoleh, maka semakin tinggi *subjective well-being* pada remaja. Sebaliknya, semakin rendah dukungan sosial yang diperoleh, maka semakin rendah *subjective well-being* pada remaja.