

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja adalah periode seseorang mengalami perubahan dari masa anak-anak menuju masa dewasa. Remaja merupakan waktu manusia mengalami perubahan dari masa kanak-kanak kepada masa dewasa, dimana terjadi perubahan dan perkembangan pada diri seorang remaja ialah perubahan biologis, kognitif, dan sosio emosional (Santrock, 2007). Sepanjang perjalanan hidup manusia, seseorang akan menjadikan tahap remaja sebagai masa kehidupan yang akan selalu diingat karena pada saat itu seseorang pertama kali mulai tertarik dengan lawan jenis, memberontak dengan orang tua, melakukan kenakalan di sekolah. Menurut Hall (dalam Santrock, 2007) masa remaja dikenal sebagai masa badai emosi. Semua aspek di dalam diri remaja akan mengalami perubahan biologis dan perubahan sosio-emosional.

Perubahan sosio-emosional yang dialami oleh remaja merupakan reaksi dalam diri terhadap bahaya dari luar. Selama masa pergolakan, remaja akan berusaha untuk mengatasi masalah yang dirasakan supaya dapat kembali berfungsi kembali. Pada saat menghadapi perubahan sosio-emosional akan cenderung kepada reaksi yang negatif. Maka dari itu, pada saat remaja

mengalami gejolak perubahan sosio-emosional dalam diri, remaja perlu mendapatkan arahan dari orang tua. Keluarga menjadi lingkungan pertama yang dijumpai oleh remaja. Orang tua berperan penting dalam membantu dalam menghadapi permasalahan dalam diri remaja dengan memberikan kasih sayang, rasa aman, dukungan, dan pembelajaran. Banyak remaja yang kurang beruntung merasakan pengasuhan orang tua kandung secara langsung. Remaja yang harus tumbuh besar tanpa pengasuhan orang tua kandung karena alasan, seperti orang tua meninggal, orang tua bercerai, korban di telantarkan orang tua, kehidupan perekonomian yang rendah atau alasan lainnya. Hal tersebut menyebabkan banyak remaja mesti berpisah dengan orang tua kandung dan tinggal di sebuah lembaga sosial panti asuhan.

Seorang remaja yang hidup dalam sebuah panti asuhan kurang mendapat pengasuhan secara total. Pengasuhan secara total adalah pengasuhan yang meliputi dari segi biologis, psikologis, sosial dan kerohanian. Menurut penelitian *save the children and unicef* bekerja sama dengan Departemen Sosial Ri (dalam Hartati, 2010) mengatakan bahwa pengasuhan anak di panti asuhan Indonesia sangat kurang, hanya berfokus pada pemenuhan kebutuhan materi sehari-hari saja tanpa memfokuskan pada kesehatan mental. Menurut wawancara penulis dengan salah satu pengurus panti asuhan di tempat penelitian, ia mengatakan bahwa jumlah anak yang tinggal dengan jumlah pengasuh panti asuhan tidak seimbang, hal itu menyebabkan pengasuhan seringkali hanya berfokus pada kebutuhan biologis tetapi kurang memenuhi kebutuhan emosional. Pengaruh eksternal dan internal diri remaja berkaitan

langsung dengan meningkatnya emosi-emosi negatif yang dapat menyebabkan kerentanan dan kebingungan (Santrock, 2007). Penyebab masalah mental pada seorang remaja panti asuhan disebabkan faktor internal yaitu genetik dan faktor eksternal yaitu lingkungan panti, jumlah pengasuh yang kurang, keluarga, teman, lingkungan masyarakat, Wiguna (dalam Haryanti, dkk, 2016).

Perubahan emosi yang tidak stabil karena didalam diri remaja panti asuhan mengalami perubahan biologis dan psikologis sehingga menimbulkan kegoncangan emosi. Masalah mental terbagi menjadi dua, yang pertama ada internalisasi; temperamen, bingung cemas, khawatir berlebihan, pesimis, perilaku menarik diri, kesulitan menjalin hubungan, dan kedua eksternalisasi; temperamen sulit memecahkan masalah, gangguan perhatian, hiperaktifitas, dan perilaku bertentangan, menurut Damayanti (dalam Haryanti, dkk, 2016). Penelitian dari Hartini (dalam Aesijah, 2014) menyatakan bahwa anak-anak yang hidup di panti asuhan menderita masalah kejiwaan seperti perilaku tidak fleksibel dalam hubungan sosial, kurang dapat menyesuaikan diri, memiliki karakter rendah diri, tidak memiliki inisiatif, tidak mempedulikan orang lain, mudah menyerah, hidup dalam ketakutan dan perasaan cemas.

Masalah mental yang tidak dapat diatasi oleh seorang remaja panti asuhan dapat mempengaruhi kebahagiaan dalam menjalani kehidupan sehari-hari dan harapan akan masa depan. Penelitian ini dilakukan berlandaskan wawancara penulis dengan salah satu pengurus panti asuhan di Balikpapan, pengurus panti asuhan inisial AN mengatakan bahwa:

“Banyak anak yang mengalami tidak bahagia diawal masuk panti asuhan, kompensasi perilaku yang muncul seperti murung, minder, dan sakit-sakitan bahkan ada yang kesurupan” (wawancara dengan AN selaku pengurus panti asuhan, 10 Juli 2020)

Pengurus panti asuhan marturia inisial AN mengtakan bahwa banyak remaja panti asuhan merasa tidak bahagia dengan menunjukkan perilaku murung, tidak percaya diri, dan sakit-sakitan terutama pada saat awal remaja masuk panti asuhan. Perilaku negatif yang ditimbulkany disebabkan karena remaja panti asuhan mengalami ketidakhbahagiaan dalam menjalani kehidupan sehari-hari.

Hilangnya kebahagiaan menyebabkan dampak negatif yang mengganggu kehidupan remaja seperti sulit berkonsentrasi, tidak fokus dan senang menyendiri (Sativa & Helmi, 2013). Kesedihan dan depresi tidak hanya menimbulkan perasaan kehilangan tetapi menimbulkan juga perilaku melepaskan tanggung jawab, menyerah, dan pada kasus ekstrem dapat bunuh diri, (Seligman, 2005). Masalah-masalah mental yang dialami oleh remaja dapat dihindari saat individu memiliki emosi positif. Emosi positif terdiri dari perasaan tenang, santai, rileks, lucu, haru, dan senang, bahagia (Safari & Nofrans, 2012).

Kebahagiaan dapat membantu menanggulangi permasalahan yang dialami remaja, karena kebahagiaan dapat menjadi anteseden atau stimulus yang berfungsi untuk mendahului sebuah perilaku atau kejadian yang baik, menurut Chaplin, dkk (dalam Sativa & Helmi, 2013). Semua manusia tidak ada yang luput dari keinginan untuk dapat hidup bahagia, dari semua lapisan masyarakat bahkan semua umur, menurut Argyle (dalam Sativa & Helmi,

2013). Untuk mendapatkan kebahagiaan, manusia pasti akan berusaha meraihnya dengan berbagai cara. Pengertian bahagia sendiri merupakan emosi positif yang disarakan dalam diri seseorang atau aktivitas yang disukai, yang terdiri dari kepuasan akan masa lalu, kebahagiaan pada masa sekarang, dan optimistik akan masa depan, (Seligman,2005)

Kebahagiaan memberikan banyak pengaruh dalam hidup seseorang dari segi fisik maupun psikologis. Bahagia memberikan banyak manfaat terhadap kesehatan fisik seperti tidak mudah stres, tidak mudah sakit kepala, jauh dari penyakit jantung, tidak mudah terasa lelah, umur lebih panjang menurut Destriyana (dalam Merdeka.com, 2012). Kebahagiaan memberikan dampak psikologis pada seorang remaja seperti semangat, motivasi, dan dorongan positif untuk menjalani berbagai aktivitas yang padat, (Sativa & Helmi, 2013). Seorang remaja tidak hanya berfokuskan pada kesehatan fisik saja tetapi kesehatan mental sangat penting untuk diperhatikan. Kesehatan mental dapat dimulai dengan memiliki kehidupan bahagia.

Salah satu faktor terciptanya bahagia bisa dengan membentuk pola pikir mengenai diri sendiri yang positif. Pandangan diri yang positif akan membangun diri menjadi tidak mudah terpuruk (dalam liputan6, 2020). Bagi remaja untuk meningkatkan kebahagiaan perlu memiliki harga diri yang positif (Sativa & Helmi, (2013). Harga diri membantu seseorang untuk mengatasi masalah dan mencapai kebahagiaan diri (Sativa & Helmi, 2013). Harga diri merupakan bagian yang sangat penting dari kepribadian seseorang. Kehidupan remaja membutuhkan penerimaan dirinya dari dirinya sendiri

maupun dari lingkungan. Penilaian dari luar bisa menaikkan harga diri seorang remaja untuk membanggakan dirinya. Pengertian harga diri menurut Coopersmith (dalam Febrita, 2017) adalah pandangan seseorang mengenai evaluasi dirinya sendiri, penilaian diri berasal dari faktor lingkungan dan orang lain yang sering berinteraksi dengan seorang individu. Evaluasi yang dialami seorang remaja berasal dari eksternal adalah keluarga, orang tua, saudara, teman, atau masyarakat. Faktor internal yang dapat mempengaruhi harga diri adalah jenis kelamin, intelegensi, dan kondisi fisik.

Remaja yang memiliki harga diri yang tinggi mempunyai resiliensi, inisiatif, dan perasaan puas kepada dirinya sendiri maupun orang lain sedangkan seseorang yang mempunyai harga diri rendah akan mendapat masalah seperti mudah depresi, menggunakan narkoba, dan berperilaku agresif. Harga diri yang dibangun secara positif akan membuat seseorang memiliki penilaian akan keberhargaan dan kemampuan dirinya secara positif. Harga diri yang positif dalam kehidupan seorang remaja dapat mempengaruhi pikiran kebahagiaan.

Faktor lain yang dimungkinkan berpengaruh terhadap kebahagiaan pada remaja panti asuhan adalah religiusitas. Remaja panti asuhan memiliki masalahnya sendiri dalam menjalani kehidupan yang membuat tidak bahagia, hal-hal tersebut bisa dari masa lalu, masa sekarang dan kekuatiran akan masa depan yang belum pasti (Hartati, 2010). Seseorang yang memiliki agama dan beriman kepada Tuhan maka mempunyai pengharapan saat menjalani hidup dengan berbagai rintangan, Seligman (2005). Menurut Muslim (dalam

Hapsari, 2015) mengatakan bahwa orang yang mempunyai kebahagiaan dimiliki oleh individu yang aktif dalam beribadah, berdoa, dan bersedekah menurut Muslim. Religiusitas adalah sistem simbol, nilai, dan perilaku, dimana seseorang menghayati serta mendalami kepercayaan tersebut dengan mempelajari suatu ajaran atau doktrin dan melakukan ritual agama sehari-hari, menurut Glock dan Stark (dalam Hapsari, 2015).

Berpegang pada iman Tuhan, individu percaya bahwa ada Tuhan yang sungguh besar dan dapat membantu segala perkara. Hasil penelitian Freidman dkk (dalam Fitriani, 2016) religiusitas membantu seseorang ketika mengatasi peristiwa yang tidak menyenangkan. Orang yang memiliki hubungan yang dekat dengan Tuhan, maka kehidupannya lebih tenang sebaliknya orang yang jauh dari Tuhan akan mudah terkena stress, Nashori (dalam Hapsari, 2015). Religiusitas membantu individu mempunyai kesejahteraan psikologis yang lebih tinggi.

Individu yang memiliki kepercayaan terhadap agama yang kuat, dikatakan memiliki kepuasan hidup lebih tinggi, kebahagiaan personal lebih tinggi, serta mengalami dampak traumatis lebih rendah dibandingkan dengan individu dengan religiusitas yang rendah, menurut penelitian Ellison (dalam Fitriani, 2016). Hubungan agama dan kebahagiaan adalah agama mengisi manusia dengan harapan akan masa depan dan menciptakan makna dalam hidup, (Seligman, 2005).

Penulis memilih tiga panti asuhan kristen yang merupakan yayasan dibawah gereja aliran protestan pantekosta yaitu panti asuhan marturia, yamusa, dan kasih bapa. Panti asuhan tidak hanya menerima anak yatim piatu tetapi anak dengan keadaan ekonomi yang kurang mampu demi melanjutkan pendidikan. Anak-anak yang diterima dari berbagai kota yang tersebar di Kalimantan timur dan daerah dari pulau Jawa. Panti asuhan menerima dan menampung dengan memberikan tempat tinggal, pakaian, makan minum, dan menyekolahkan.

Ramaja yang di tampung di panti asuhan merasa tidak bebas dengan harus mengikuti semua aturan yang sudah di tentukan. Menurut salah satu anak panti asuhan mengatakan bahwa merasa tidak senang karena terkekang dan stres mengikuti peraturan yang di tetapkan. Peraturan terdiri dari peraturan kehidupan sehari-hari sampai pada peraturan pelayanan di gereja. Kegiatan keagamaan di panti asuhan seperti, ibadah renungan di setiap pagi dan ibadah syukur pada malam hari untuk menutup kegiatan. Anak-anak yang mulai usia remaja akan di libatkan dalam pelayanan di gereja. Semua kegiatan gereja harus di ikuti oleh remaja panti asuhan, dari ibadah kaum muda, ibadah minggu, atapun ibadah perayaan lainnya religiusitas dengan alat ukur yang digunakan.

Penulis memiliki ketertarikan pada penelitian ini karena untuk mengetahui dan menganalisis gambaran kebahagiaan pada remaja panti asuhan kristen di Balikpapan yang dipengaruhi oleh harga diri dan

religiusitas. Penelitian terkait kebahagiaan remaja panti asuhan kristen di kota Balikpapan juga masih sedikit sehingga penelitian ini perlu untuk dilakukan.

B. Rumusan Permasalahan

1. Apakah ada pengaruh dari harga diri terhadap kebahagiaan pada remaja panti asuhan Kristen di Balikpapan
2. Apakah ada pengaruh dari religiusitas terhadap kebahagiaan pada remaja panti asuhan Kristen di Balikpapan
3. Apakah ada pengaruh dari harga diri dan religiusitas terhadap kebahagiaan pada remaja panti asuhan kristen di Balikpapan

C. Tujuan Penelitian

1. Mengetahui dan menganalisis pengaruh dari harga diri terhadap kebahagiaan pada remaja panti asuhan kristen di Balikpapan
2. Mengetahui dan menganalisis pengaruh dari religiusitas terhadap kebahagiaan pada remaja panti asuhan kristen di Balikpapan
3. Mengetahui dan menganalisis pengaruh dari harga diri dan religiusitas terhadap kebahagiaan pada remaja panti asuhan kristen di Balikpapan

D. Manfaat

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi kepentingan teoritis dan praktis.

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi akademik dalam perkembangan ilmu psikologi sosial, psikologi agama dan psikologi positif khususnya topik kebahagiaan. Dapat memberikan wawasan dalam bentuk informasi kepada para pembaca mengenai kebahagiaan.

2. Manfaat praktis

a. Remaja panti asuhan

Manfaat bagi remaja, diharapkan dapat mendorong para remaja panti asuhan untuk menjalani hidup yang penuh perasaan bahagia dan memiliki kesehatan emosi dengan diri sendiri maupun dengan lingkungan sosial. Remaja diharapkan memiliki penilaian diri secara positif dengan pemahaman bahwa mampu melakukan sesuatu pekerjaan dan merupakan seseorang yang berarti. Remaja diharapkan dapat menjalani hidup dekat dengan Tuhan dan memiliki harapan menjalani masa depan.

b. Pengurus panti asuhan

Manfaat bagi pengurus panti asuhan diharapkan dapat memberikan ilmu pengetahuan bagi pengurus di panti asuhan untuk membantu remaja yang sedang mengalami masa perkembangan dari segala aspek, supaya dapat mengarahkan remaja kedalam harga diri dan religiusitas baik sehingga dapat meningkatkan kebahagiaan.

c. Peneliti lainnya

Bagi ilmuwan lain yang ingin melakukan penelitian selanjutnya mengenai kebahagiaan, diharapkan dari hasil penelitian ini mampu dijadikan referensi teoritis dalam penelitian selanjutnya

