

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Penelitian

Setiap orang pasti menginginkan kebahagiaan terjadi dalam hidupnya karena kebahagiaan merupakan suatu hal yang sangat penting dan utama bagi manusia. Manusia menuntut ilmu setinggi-tingginya, bekerja keras mendapatkan penghasilan lebih banyak, berlibur, berkonsultasi dengan psikolog atau psikiater, serta menjalankan aktivitas-aktivitas religius untuk mencapai suatu tujuan yaitu memperoleh kebahagiaan atau kepuasan hidup. Kebahagiaan dan kepuasan hidup merupakan tujuan utama kebanyakan orang (Rask, dkk., 2002). Sependapat dengan Rask, Winarsih (2006) juga mengungkapkan pentingnya sebuah kebahagiaan bagi manusia, sehingga kebahagiaan atau kepuasan hidup dijadikan tujuan terakhir yang ingin dicapai manusia.

Winarsih (2006) memaparkan bahwa para pakar psikologi membagi kebahagiaan mejadi dua macam, yaitu kebahagiaan yang bersifat objektif dan subjektif. Kebahagiaan objektif diukur dengan sebuah standar, misalnya aturan agama, sedangkan kebahagiaan yang bersifat subjektif tidak didasarkan pada ketentuan mana pun melainkan mengacu pada masing-masing pribadi sehingga setiap orang dapat berbeda. Kebahagiaan subjektif ini disebut dengan *subjective well-being* atau memiliki sinonim dengan kesejahteraan subjektif.

Subjective well-being (SWB) merupakan evaluasi yang dilakukan seseorang terhadap kehidupannya (Diener, 1997). Evaluasi tersebut bersifat

kognitif dan afektif. Evaluasi yang bersifat kognitif meliputi bagaimana seseorang merasakan kepuasan dalam hidupnya berdasarkan pengetahuan faktual yang bersifat empiris serta berdasarkan logika. Evaluasi yang bersifat afektif meliputi seberapa sering seseorang merasakan emosi positif (perasaan menyenangkan) dan emosi negatif (perasaan tidak menyenangkan).

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. Individu dengan *subjective well-being* rendah ditandai dengan ketidakpuasan terhadap hidup, mengalami sedikit kegembiraan, serta sering merasakan emosi negatif seperti kecemasan atau kemarahan (Diener, 1997).

Subjective well-being merupakan salah satu prediktor kualitas hidup individu karena *subjective well-being* mempengaruhi keberhasilan individu dalam berbagai *domain* kehidupan (Pavot & Diener, 2004). Individu dengan tingkat *subjective well-being* yang tinggi akan merasa lebih percaya diri, dapat menjalin hubungan sosial dengan lebih baik, serta menunjukkan performansi kerja yang lebih baik. Individu dengan *subjective well-being* yang tinggi dapat melakukan adaptasi dan *coping* yang lebih efektif terhadap keadaan yang penuh tekanan sehingga merasakan kehidupan yang lebih baik (Diener, Biswas-Diener, & Tamir, 2004).

Subjective well-being dirasakan dan dialami setiap manusia, termasuk remaja. Remaja dapat didefinisikan sebagai masa peralihan dari masa anak-anak

ke masa dewasa yang diawali dengan masa puber, yaitu proses perubahan fisik yang ditandai dengan kematangan seksual, kognisi dan psikososial yang saling berkaitan satu dengan yang lainnya (Papalia, 2007). Masa remaja yaitu usia belasan tahun kerap dikenal dengan masa penuh pergolakan emosi diiringi pertumbuhan dan perkembangan fisik yang pesat serta pertumbuhan psikis yang bervariasi (Santrock, 2007). Pertumbuhan dan perkembangan pada remaja khususnya pada sisi psikologisnya dipengaruhi oleh banyak faktor, seperti diri sendiri, keluarga, lingkungan, dan lain sebagainya.

Penelitian yang dilakukan Rask (2002) mengungkapkan bahwa kesejahteraan remaja sering dikaitkan dengan perubahan struktur dalam keluarga dan berfokus pada *ill-being* seperti depresi, kecemasan, masalah sosial, dan perilaku kriminal. Hal tersebut berarti remaja kerap mengalami *ill-being* yang dapat didefinisikan sebagai keadaan kurang atau tidak adanya kemakmuran, kebahagiaan, atau kesehatan (Rask, 2002). Hal-hal yang disebutkan dalam penelitian Rask tersebut sangat mungkin dialami oleh remaja karena masa remaja adalah masa yang rentan terhadap berbagai hal.

Remaja mengalami berbagai perubahan dalam kehidupan mereka, yaitu perubahan fisik, psikologi, dan sosial, dimana ketiga perubahan tersebut saling berkaitan dan mempengaruhi satu sama lain. Perubahan-perubahan tersebut dapat menyebabkan stres yang luar biasa bagi remaja dan berdampak pada kesejahteraan emosional mereka (Goldbeck, dkk., 2007). Stres yang dialami remaja menyebabkan naik turunnya emosi yang membawa dampak pada afek

positif dan negatif yang dirasakan, sehingga mempengaruhi tingkat *subjective well-being* remaja.

Perubahan yang dialami remaja juga menimbulkan kegamangan dan kebingungan (Ekawati, 2012). Kegamangan dan kebingungan ini dapat memicu munculnya berbagai macam masalah remaja, seperti sulit beradaptasi dengan lingkungan, sering merasa malas, menarik diri dari lingkungan sosial (*social withdrawal*), tidak atau kurang percaya diri, mudah menyerah, dan tidak memiliki tujuan hidup yang jelas. Bahkan depresi yang dialami remaja dapat mengakibatkan mereka mengambil keputusan untuk bunuh diri.

Dini ini tingkat atau angka bunuh diri pada kalangan remaja di Indonesia meningkat. Komnas Perlindungan Anak menemukan 20 kasus bunuh diri terhitung sejak Januari hingga Juli 2012 (www.kyotoriview.org). Di Kabupaten Gunung Kidul, angka bunuh diri pada tahun 2012 mencapai hampir 40 jiwa (www.kompasiana.com). Pada 11 Maret 2014, seorang remaja di Sleman, Yogyakarta diberitakan meninggal bunuh diri.

Masalah yang dialami dan dilakukan oleh remaja tersebut menunjukkan betapa mereka tidak bahagia dengan diri dan kehidupannya. Penyebab bunuh diri remaja didominasi oleh masalah putus cinta, frustrasi karena kondisi ekonomi, anak yang berasal dari keluarga yang kurang atau tidak harmonis, serta masalah di sekolah. Peristiwa-peristiwa tersebut memaparkan suatu realita bahwa banyak remaja yang lebih sering merasakan dan mengalami suatu afek negatif atau perasaan tidak menyenangkan dari pada afek positif seperti kegembiraan, sehingga tingkat *subjective well-being* mereka cenderung rendah.

Hasil penelitian Goldbeck (2007) menyatakan adanya penurunan kepuasan hidup pada remaja. Pernyataan ini diutarakan berdasarkan hasil tes dari 1.274 siswa berusia 11-16 tahun di Jerman. Tes yang dilakukan menggunakan *The Question Of Life Satisfaction FLZ^M Instrument*. Instrumen ini menggunakan versi yang sudah dimodifikasi sesuai dengan kehidupan remaja. Indikator yang digunakan yakni teman, waktu luang atau hobi, kesehatan secara umum, uang saku, sekolah, kondisi rumah atau tempat tinggal, kehidupan keluarga, dan *partnership* atau *sexuality*. Hasilnya menunjukkan tingkat kepuasan hidup pada remaja rendah.

Life satisfaction atau kepuasan hidup termasuk pada aspek kognitif dari *subjective well-being*. Jika kepuasan hidup memiliki tingkatan yang rendah, maka akan berpengaruh pada penurunan tingkat *subjective well-being*. Penelitian Goldbeck (2007) membuktikan remaja mengalami penurunan tingkat kepuasan hidup, maka ada kemungkinan tingkat *subjective well-being* pada remaja juga mengalami penurunan.

Santrock (2007) menyatakan bahwa pengalaman yang dialami remaja dengan lingkungannya lebih berkontribusi pada perubahan emosi mereka dibandingkan dengan perubahan hormon. Perubahan emosi yang disebabkan oleh lingkungan akan berpengaruh pada tingkat afek positif dan tingkat rendahnya afek negatif yang merupakan aspek dari *subjective well-being*, jadi secara tidak langsung lingkungan turut berkontribusi pada tingkat *subjective well-being* pada remaja.

Lingkungan secara garis besar terbagi menjadi lingkungan rumah dan lingkungan sekolah. Di rumah terdapat orang tua dan anggota keluarga lainnya, sedangkan di sekolah terdapat guru dan teman. Teman dekat, teman sekelas, sekolah, orang tua dan guru merupakan sumber dukungan sosial, sehingga dapat dikatakan bahwa keluarga dan lingkungan sekolah berpengaruh terhadap tinggi rendahnya *subjective well-being* pada remaja.

Edward dan Lopez (Morgan, dkk., 2011) menemukan bahwa adanya dukungan dari keluarga yang dirasakan remaja merupakan prediktor dari kepuasan hidup atau *life satisfaction*, dimana kepuasan hidup juga merupakan salah satu komponen yang digunakan untuk mengukur tingkat *subjective well-being* pada individu. Suldo dan Huber (Morgan, dkk., 2011) juga menyatakan bahwa dukungan dari orang tua merupakan prediktor terkuat dari kepuasan hidup. Tidak hanya dukungan orang tua, dukungan sosial juga dinyatakan berpengaruh pada kepuasan hidup remaja (Suldo, dkk., 2009). Suldo (2009) menyatakan bahwa remaja yang memiliki tingkat kepuasan hidup paling tinggi adalah mereka yang merasakan dukungan sosial dari lingkungan sekolah dan lingkungan keluarga yang paling banyak.

Religiositas dinilai juga memiliki pengaruh terhadap *subjective well-being* pada kalangan remaja. Berdasarkan survei KPA yang dilakukan terhadap 4.500 remaja di 12 kota besar seluruh Indonesia, ditemukan 93% remaja pernah berciuman, 62,7% pernah berhubungan badan, dan 21% remaja telah melakukan aborsi (Prihadiyoko, 2010). Survei yang dilakukan terhadap remaja di wilayah Jabodetabek oleh Alam (dalam Mukhlis, 2011) bahwa remaja yang setuju

terhadap tindak kekerasan seperti tawuran sebanyak 14,4%, bersedia melakukan tawuran sebanyak 11,4%, dan siswa yang pernah terlibat tawuran sebanyak 8,5%.

Remaja dapat diasumsikan memiliki religiositas rendah maka tingkat kenakalannya tinggi artinya dalam berperilaku tidak sesuai dengan ajaran agama yang dianutnya dan sebaliknya, semakin tinggi religiositas maka semakin rendah tingkat kenakalan pada remaja artinya dalam berperilaku sesuai dengan ajaran agama yang dianutnya karena ia memandang agama sebagai tujuan utama hidupnya sehingga ia berusaha menginternalisasikan ajaran agamanya dalam perilakunya sehari-hari (Andisty & Ritandiyono, 2008). Hal tersebut dapat dipahami karena agama mendorong pemeluknya untuk berperilaku baik dan bertanggungjawab atas perbuatannya. Selain itu agama mendorong pemeluknya untuk berlomba-lomba dalam kebajikan.

Keyakinan religius remaja akan begitu terasa dan dibutuhkan dalam kehidupannya ketika remaja mengalami peristiwa yang mengancam dirinya, membuatnya gelisah dan berada dalam keadaan terjepit maka akan lebih membuat para remaja sadar akan butuhnya kekuatan yang lebih besar dari manusia. Hal ini sesuai dengan konsep *seeking spiritual support* (mencari dukungan spiritual), dimana individu akan berusaha mencari kenyamanan dan keamanan melalui cinta dan kasih Tuhan (Trimulyaningsih & Rachmana, 2008).

Remaja yang sadar akan keberadaan hidupnya merupakan anugerah dari Tuhan maka ia akan menggunakan masa remajanya ke arah yang positif. Waruwu (2003) menjelaskan bahwa kaum remaja berupaya menemukan berbagai potensi yang ada dalam dirinya dan mencoba mencapai suatu integrasi baru dan mengolah seluruh keberadaannya hingga kini, termasuk juga keyakinan-keyakinan religiusnya.

Sebuah penelitian yang pernah dilakukan mengenai pengaruh agama atau religiositas pada kepuasan hidup oleh Gerwood, LeBlanc, dan Piazza (dalam Niven, 2002), ditemukan kesimpulan bahwa tanpa memperhitungkan agama atau religiositas yang dianut orang, maka seseorang yang memiliki keyakinan spiritual kuat biasanya terpuaskan dengan hidupnya. Orang yang tidak memiliki keyakinan spiritual biasanya merasa tidak puas akan hidupnya.

Kaum remaja yang hidup sesuai dengan etika moral religiusnya pada umumnya memiliki kejelasan tujuan hidup dan mengambil keputusan serta melaksanakan keputusan tersebut (Waruwu, 2003). Nilai-nilai religiositas remaja yang terpelihara sejak masa kanak-kanaknya akan membentuk remaja menjadi individu yang mampu mengembangkan emosi positif dan mengatasi emosi negatif yang dirasakannya sehingga meski pun baru menginjak usia remaja tetapi remaja mampu mengevaluasi kehidupannya secara pribadi (*subjective-well being*).

Lokasi yang akan dipilih untuk melakukan penelitian ini adalah Rusunawa Dukuh Menanggal Surabaya. Alasan penulis memilih lokasi tersebut sebagai adalah karakteristik remaja yang cukup variatif, baik dari segi usia, sosial ekonomi, dan kepercayaan atau agama yang dianut. Selain itu, menurut informasi yang didapat penulis melalui observasi dan wawancara dengan beberapa penghuni rusunawa, kerap terjadi masalah pada remaja yang tinggal di rusunawa tersebut. Remaja di rusunawa tersebut sering terlibat tawuran atau hal-hal lain yang meresahkan warga sekitar seperti mabuk, berjudi, dan lain sebagainya. Menurut pengamatan penulis, hal tersebut diprediksikan terjadi karena rendahnya atau menurunnya tingkat kepuasan hidup pada remaja di rusunawa tersebut. Sesuai

dengan latar belakang di atas, maka penulis tertarik untuk mengangkat topik tersebut ke dalam suatu penulisan skripsi dengan judul “Pengaruh Dukungan Sosial dan Religiositas Terhadap *Subjective Well-Being* pada Remaja di Rusunawa Dukuh Menanggal Surabaya”.

B. Rumusan Masalah

Dari latar belakang yang telah diuraikan, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut.

1. Apakah dukungan sosial berpengaruh terhadap *subjective well-being* pada remaja di Rusunawa Dukuh Menanggal Surabaya?
2. Apakah religiositas berpengaruh terhadap *subjective well-being* pada remaja di Rusunawa Dukuh Menanggal Surabaya?
3. Apakah dukungan sosial dan religiositas secara bersama-sama berpengaruh terhadap *subjective well-being* pada remaja di Rusunawa Dukuh Menanggal Surabaya?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah sebagai berikut.

1. Mengetahui besarnya pengaruh dukungan sosial terhadap *subjective well-being* pada remaja di Rusunawa Dukuh Menanggal Surabaya.
2. Mengetahui besarnya pengaruh religiositas terhadap *subjective well-being* pada remaja di Rusunawa Dukuh Menanggal Surabaya.

3. Mengetahui besarnya pengaruh dukungan sosial dan religiositas secara bersama-sama terhadap *subjective well-being* pada remaja di Rusunawa Dukuh Menanggal Surabaya.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Menambah pengetahuan dalam bidang psikologi positif mengenai *subjective well-being*, bidang psikologi sosial mengenai religiositas dan dukungan sosial serta psikologi perkembangan remaja.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Remaja

Remaja dapat memahami bagaimana pengaruh religiositas dan dukungan sosial untuk mencapai *subjective well-being* yang tinggi sehingga remaja tidak lagi melakukan aksi-aksi kenakalan atau bentuk penyimpangan lainnya serta dapat merasakan kesejahteraan yang utuh.

b. Bagi Orangtua

Orang tua akan mendapat wawasan akan pentingnya dukungan sosial terutama dari keluarga atau orang tua terhadap *subjective well-being* pada anak khususnya usia remaja sehingga orang tua dapat lebih memiliki sikap yang mendukung secara positif perkembangan anaknya sebagai upaya membantu mereka memiliki *subjective well-being* yang tinggi. Selain itu, orang tua dapat memberikan dukungan nyata seperti mengarahkan anak pada aktivitas religius sejak dini.

c. Bagi Masyarakat

Memberikan pemahaman kepada masyarakat umum mengenai pentingnya dukungan sosial dan religiositas bagi remaja untuk mencapai *subjective well-being* yang tinggi. Masyarakat diharapkan mampu memberi dukungan positif bagi remaja.