

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Keluarga merupakan tempat utama dimana seseorang dapat tumbuh dan berkembang. Setiap individu dalam keluarga memiliki tujuan dalam hidup, salah satunya adalah untuk mencapai kebahagiaan dari mulai masa kanak-kanak, remaja, dewasa, dan usia tua. Namun tidak semua manusia dilahirkan dalam kondisi memiliki keluarga yang utuh seperti orang tua yang telah meninggal dunia, ditelantarkan oleh keluarga atau terpaksa dititipkan di panti asuhan. Anak-anak yang tinggal dipanti asuhan merasa hidupnya tidak seberuntung anak-anak yang memiliki keluarga.

Panti asuhan adalah lembaga pelayanan yang disediakan pemerintah sebagai pengganti fungsi keluarga yang bertanggung jawab dalam pemenuhan kebutuhan fisik, mental, dan sosial kepada anak asuh serta memberikan bekal dasar yang dibutuhkan anak asuh serta memberikan bekal dasar yang dibutuhkan anak asuh untuk perkembangannya (Borualogo, 2004). Panti asuhan sebagai lembaga pengganti keluarga yang menangani anak-anak terlantar dan yatim piatu berusaha memenuhi kebutuhan anak dalam proses perkembangannya baik darisegi fisik maaupun psikis.

Menurut Lubis (2018) remaja yang tinggal di panti asuhan mengalami beberapa permasalahan psikologis seperti kurangnya kasih sayang dari kedua

orang tua yang menyebabkan munculnya emosi-emosi negatif seperti perasaan sedih, marah, hampa, merasa tidak memiliki tujuan hidup dan merasa tidak berarti. Padahal masa remaja adalah waktu dimana kesadaran sosial seseorang akan semakin tinggi dan masa munculnya tekanan sosial setiap harinya, sehingga remaja rentan untuk mengalami berbagai masalah.

Penelitian yang dilakukan oleh Priyanka (2018) menyebutkan bahwa remaja yang berusia 12 sampai 18 tahun didapatkan bahwa remaja yang tinggal di panti asuhan mengalami rata-rata tingkat depresi 10,3 lebih tinggi dan 2,02 lebih rendah pada aspek harga diri dibandingkan remaja yang memiliki orang tua. Penelitian lain yang dilakukan oleh Hartati & Winanti (2012) menyebutkan bahwa remaja yang tinggal di panti asuhan memiliki perasaan takut, cemas, minder, dan menganggap dirinya berbeda dengan remaja lain yang tinggal bersama orang tua. Hal-hal tersebut membuat remaja di panti asuhan sangat rentan untuk mengalami gangguan kesehatan mental sehingga cenderung kurang bahagia.

Kebahagiaan menurut Seligman (2016) terdapat beberapa faktor yang mampu meningkatkan *happiness* individu, diantaranya adalah pemaafan, kasih sayang, harapan, dan sikap bersyukur. Dari beberapa faktor tersebut, gratitude adalah hal yang sangat penting bagi kebahagiaan seseorang, menurut (Arif, 2016) bahwa berbagai konsep dalam psikologi positif berujung pada *happiness* yang autentik seperti bersyukur yang merupakan suatu perilaku dan sikap batin yang begitu penting pada seseorang. Sikap bersyukur mampu membangkitkan

emosi positif yang sangat kuat yang dapat memicu perubahan dan perkembangan positif yang luar biasa dan pada akhirnya hal tersebut memiliki kontribusi yang sangat penting pada kebahagiaan yang autentik.

Menurut Fuad (2015) setiap manusia seharusnya memperoleh *happiness* karena kebahagiaan merupakan fitrah atau bawaan alami yang artinya sesuatu yang melekat pada diri manusia. Kebahagiaan merupakan salah satu emosi yang dirasakan oleh individu dan merupakan suatu kondisi yang sangat ingin dicapai oleh semua orang dari berbagai umur dan lapisan masyarakat (Abidin, 2017). Kebahagiaan bukan hanya berkisar pada fenomena perasaan senang, baik atau luar biasa yang dialami, tetapi juga merasa baik secara keseluruhan yakni sosial, fisik, emosional, dan psikologis.

Seligman (2002) bahwa *happiness* meliputi perasaan positif (seperti ekstasi dan kenyamanan), serta kegiatan positif tanpa unsur perasaan sama sekali (seperti keterserapan dan keterlibatan) karena menurutnya *happiness* terkadang mengacu pada perasaan dan terkadang mengacu pada kegiatan yang didalamnya tidak muncul satu pun perasaan. Kebahagiaan masa lalu meliputi kemampuan untuk memaafkan dan kemampuan untuk bersyukur. Dengan bersyukur, intensitas kenangan baik akan meningkat dan dengan memaafkan seseorang mampu mengubah kepahitan menjadi kenangan netral bahkan positif, dengan demikian lebih memungkinkan kepuasan hidup dan kebahagiaan lebih besar. Faktor yang diidentifikasi dalam mempengaruhi *happiness* seseorang meliputi pengasilan, harapan, hubungan, iman, perilaku pro lingkungan,

kesehatan, gender, modal sosial budaya, *gratitude*

Gratitude adalah bentuk rasa berterimakasih individu terhadap segala sesuatu yang terjadi dalam hidupnya, baik kejadian maupun menerima sesuatu dari pihak lain. Termasuk juga didalamnya respon kegembiraan dan kecenderungan untuk melihat kehidupannya sebagai anugerah (Seligman, 2002). Individu bersyukur karena menyadari bahwa dirinya banyak menerima kebaikan, penghargaan dan pemberian baik dari Tuhan, orang lain, dan lingkungan sekitarnya sehingga terdorong untuk membalas, menghargai, dan berterimakasih atas segala sesuatu yang diterimanya dalam bentuk perasaan, perkataan, dan perbuatan. (Kusumawati, 2016)

Menurut Emmons dkk (dalam Helwati, 2018) menjelaskan *gratitude* adalah suatu perasaan atau pun bentuk sebuah emosi yang kemudian berubah menjadi suatu sikap, akhlak yang baik, sifat kepribadian, serta kebiasaan yang akan mempengaruhi individu agar bereaksi dalam menanggapi suatu keadaan.

Menurut Watkins (2014), *Gratitude* berasal dari sebuah perhatian yang kemudian berkembang menjadi pemikiran yang menguntungkan, lalu merujuk pada keadaan emosional, ekspresi emosi, sifat karakter, bahkan sifat baik yang ada pada setiap individu. Sedangkan menurut McCullough, Emmons dan Tsang (2002), *Gratitude* merupakan kecenderungan umum untuk mengenali dan merespon dengan emosi bersyukur terhadap peran kebajikan orang lain dalam pengalaman positif dan hasil yang diperoleh seseorang.

Berdasarkan hasil wawancara pada tanggal 09 Juli 2023 terhadap lima orang anak panti asuhan Aisyiyah Pariaman, mengungkapkan bahwa mereka kurang bahagia tinggal di panti asuhan. Beberapa anak mengungkapkan bahwa mereka merasa kurang beruntung, mereka membandingkan-bandingkan kondisi kehidupan yang mereka rasakan dengan yang mereka jalani. Mereka merasa iri terhadap hidup teman-teman diluar panti. Remaja merasa bahwa kehidupan yang mereka jalani tidak sebaik kehidupan orang lain maupun teman-teman mereka. Remaja lainnya mengungkapkan bahwa mereka seringkali merindukan kehadiran orang tua dan kumpul keluarga layaknya anak-anak yang lain, terutama disaat melihat orang lain yang pergi didampingi dengan orang tuanya. Ketidakhadiran orang tua bersama mereka menyebabkan kadang mereka merasa sendiri dalam menjalani hidup. Hal ini memicu perasaan kesepian dan kurang bahagia yang berpengaruh untuk anak yang tinggal di panti asuhan.

Penelitian yang dilakukan oleh Rini Agustina pada tahun 2019 menunjukkan bahwa semakin tingginya *gratitude* pada remaja Panti Asuhan diikuti dengan tingginya *happiness* pada remaja Panti Asuhan Nirmala di Kota Banda Aceh. Selanjutnya penelitian yang dilakukan oleh Agnes Sriaissah & Effy pada tahun 2022 menunjukkan ada korelasi positif antara kebersyukuran dan kebahagiaan. Penelitian selanjutnya yang dilakukan oleh Yusuf (2016) terdapat hubungan positif yang signifikan antara kebersyukuran dengan kebahagiaan pada anak yatim. Begitu juga penelitian Pratama (2019), terdapat hubungan positif signifikan antara *Happiness* dengan *Gratitude* remaja di panti asuhan.

Berdasarkan uraian yang telah dikemukakan diatas, maka peneliti tertarik

untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan antara *Gratitude* dengan *Happiness* Pada Remaja Pantia Asuhan Aisyiyah di Kota Pariaman”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian yang telah dijelaskan diatas, maka sebagai rumusan masalah yaitu apakah ada hubungan antara *gratitude* dengan *happiness* pada remaja Pantia Asuhan Aisyiyah Kota Pariaman

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui adanya hubungan antara *gratitude* dengan *happiness* pada remaja Pantia Asuhan Aisyiyah Kota Pariaman

D. Manfaat Penelitian

Berikut akan penulis jelaskan manfaat teoritis dan manfaat praktis dari penelitian ini, yaitu :

1. Manfaat Teoritis

Penelitian tentang hubungan *gratitude* dengan *happiness* pada remaja Pantia Asuhan Aisyiyah Kota Pariaman diharapkan dapat memberikan manfaat dan sumbangan yang positif bagi perkembangan ilmu Psikologi khususnya pada bidang Psikologi positif.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Subjek Penelitian

Bagi subjek penelitian diharapkan hasil dari penelitian ini dapat memberikan pemahaman yang baik bahwa *gratitude* mampu meningkatkan *happiness* pada individu.

b. Bagi Masyarakat, Pengurus Panti Asuhan dan Remaja-Remaja Panti Asuhan

Hasil penelitian ini diharapkan dijadikan sebagai bahan informasi mengenai betapa pentingnya *gratitude* bagi seseorang untuk memperoleh *happiness*

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi penelitian selanjutnya, penelitian ini dapat digunakan sebagai acuan dasar dan sumber ilmu yang dapat memberikan informasi yang dibutuhkan.