

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Manusia merupakan makhluk hidup yang selalu mengalami perubahan seiring dengan perubahan waktu, perubahan tersebut diawali dari dalam kandungan, lahir, dewasa hingga memasuki masa lansia (Mariyati & Rezania, 2021). Sepanjang rentang waktu tersebut, Hurlock (dalam Artati, 2023) mengatakan bahwa manusia akan melalui beberapa tahapan perkembangan yang sudah lengkap mencakup sepanjang hidup manusia sesuai dengan hakikat perkembangan manusia yang berlangsung sejak konsepsi sampai mati dengan pembagian periodisasinya.

Salah satu tahapan perkembangan yang memiliki peran penting dalam perkembangan manusia adalah tahapan remaja (Suryana dkk., 2022). Remaja atau yang dikenal juga dengan istilah *adolescence* merupakan salah satu tahapan perkembangan di mana manusia akan melewati masa peralihan dari masa kanak-kanaknya dan memasuki masa dewasa dengan rentang usia 12 hingga 20 tahun (Shaffer & Kipp dalam Lana & Indrawati, 2021). Pada rentang usia tersebut, akan terjadi berbagai perubahan dan perkembangan dalam diri seorang remaja, dimana sebagian perkembangan yang terjadi di masa kanak-kanak masih dialami namun di sisi lain sebagian kematangan dewasanya telah tercapai. Sehingga, seorang remaja sudah tidak lagi dapat dikatakan sebagai kanak - kanak, namun ia masih belum cukup matang untuk dapat dikatakan dewasa. Hal inilah yang menandakan adanya fase peralihan manusia dari kanak-kanak menuju dewasa (Rulmuzu, 2021).

Selama fase peralihan ini, remaja akan mengalami perubahan dan perkembangan yang dapat dilihat dari berbagai aspek. Pada aspek fisik akan terlihat terjadinya pematangan dalam struktur dan fungsi tubuh menjadi lebih kompleks. Selain aspek fisik, perubahan dan perkembangan pada masa remaja dapat pula dilihat melalui aspek kognitif, sosial, hingga emosionalnya (Santrock, 2007). Tercapainya perubahan dan perkembangan dari berbagai aspek yang ada pada remaja tersebut dimaksudkan agar remaja dapat memenuhi tujuan utama dari seluruh tugas perkembangan remaja yaitu pembentukan identitas diri (Erikson dalam Nur & Daulay, 2020). Erikson (dalam Santrock, 2007) menjelaskan bahwa remaja pada masa ini akan dihadapi pada tahapan perkembangan identitas versus kebingungan identitas. Dimana pada masa ini, remaja akan dihadapkan pada tantangan untuk menemukan siapakah remaja itu, bagaimana remaja nantinya, dan arah mana yang hendak remaja tempuh dalam hidupnya. Jika remaja tidak bisa menghadapi tantangan-tantangan tersebut, maka remaja akan mengalami kebingungan identitas.

Santrock (dalam Hasanah & Reliani, 2023) menyatakan bahwa Identitas merupakan potret diri yang tersusun atas berbagai aspek, antara lain, identitas pekerjaan/karir, identitas politik, identitas spiritual, identitas relasi (lajang, menikah, bercerai), identitas prestasi/intelektual, identitas seksual, identitas budaya/etnik, minat, kepribadian dan identitas fisik. Erikson (dalam Hasanah & Reliani, 2023) menyatakan remaja yang memiliki identitas diri positif dapat menerima keadaan dirinya, memahami diri sendiri dengan sangat baik, mampu menilai perannya di masyarakat, mampu menentukan jenis pekerjaan sesuai dengan

minat, berperilaku sesuai dengan norma agama yang dianut, mampu mengambil keputusan tanpa melibatkan orang lain, memiliki prestasi yang baik, mempunyai cita-cita, memiliki hobi yang positif, dan mampu bersosialisasi baik dengan keluarga, teman sebaya dan lingkungan sekitar. Sehingga apabila tugas perkembangan tersebut berhasil diselesaikan dengan baik akan memperoleh kepuasan, penerimaan dari lingkungan, hingga kebahagiaan (Hasanah & Reliani, 2023).

Kebahagiaan pada remaja merupakan konsep yang mengacu pada emosi positif yang dirasakan remaja, dimana kebahagiaan remaja dipengaruhi oleh keberhasilan atau kegagalan remaja dalam pemenuhan kebutuhan bersama sahabat (Santrock dalam Lana & Indrawati, 2021). Remaja yang memiliki kebahagiaan yang tinggi akan merasa puas dan jarang merasakan emosi negatif (Harmaini & Yulianti dalam Iman, 2019). Tercapainya kebahagiaan pada remaja dapat mendapatkan banyak manfaat dalam kehidupan sehari-hari, karena kebahagiaan dapat memberikan semangat dan motivasi dalam menjalani berbagai kegiatan disekolah maupun diluar sekolah (Sativa & Alvin dalam Iman, 2019).

Artistoteles (dalam Chaliza, 2023) mengatakan kebahagiaan berasal dari kata *happy* atau bahagia yang berarti *feeling good, having fun, having a good time*, atau sesuatu yang membuat pengalaman yang dialami terasa menyenangkan. Pandangan tersebut didasari pada persepsinya mengenai kehidupan yaitu kehidupan yang baik adalah kehidupan yang bermakna dan memiliki tujuan. Selain itu, seorang penggagas psikologi positif, Seligman (dalam Sarmadi, 2018) mengatakan bahwa kebahagiaan merupakan konsep yang mengacu pada emosi positif yang

dirasakan individu serta aktivitas positif yang tidak mempunyai komponen perasaan sama sekali. Seligman memberikan gambaran individu yang mendapatkan kebahagiaan yang autentik (sejati), yaitu individu yang telah dapat mengidentifikasi dan mengolah atau melatih kekuatan dasar yang terdiri atas kekuatan dan keutamaan yang dimilikinya dan menggunakannya pada kehidupan sehari-hari, baik dalam pekerjaan, cinta, permainan, dan pengasuhan.

Mengacu pada pernyataan Seligman (dalam Sarmadi, 2018) tersebut dapat ditegaskan bahwa kebahagiaan merupakan konsep yang subyektif karena setiap individu memiliki tolak ukur dan memiliki faktor penilaian yang berbeda-beda. Faktor-faktor itu, antara lain, uang, status pernikahan, kehidupan sosial, usia, kesehatan, emosi negatif, pendidikan, iklim, ras, dan jenis kelamin, serta agama atau tingkat religiusitas seseorang.

Kebahagiaan berhak dirasakan oleh semua kalangan usia, begitu pula dengan remaja. Namun, tidak semua orang dapat mencapai kebahagiaan tersebut. Faktanya, secara umum tingkat kebahagiaan di Indonesia sendiri saat ini masih berada pada tingkat kebahagiaan yang cenderung rendah di mana *World Happiness Report (2022)* mencatat bahwa Indonesia menempati urutan ke-87 dari 146 negara. Hal ini didukung melalui hasil pengukuran Badan Pusat Statistik pada tahun 2021, yang menunjukkan indeks kebahagiaan penduduk Indonesia berada pada angka 71,49. Di Sumatera Barat sendiri, nilai indeks kebahagiaan penduduk berada pada angka 71,34 sehingga berada di bawah rata-rata nasional. Dan jika indeks kebahagiaan dikaji berdasarkan kelompok umur, kebahagiaan remaja hanya

mencapai 71.92, menjadikan indeks kebahagiaan remaja berada di posisi kedua setelah kelompok usia 25-40 tahun.

Tidak tercapainya kebahagiaan pada remaja tersebut disebabkan karena posisi remaja yang sedang mencari identitas diri, dimana remaja dihadapkan dengan berbagai gejala, seperti mengalami pubertas yang memengaruhi suasana hati, penurunan *selfworth*, konflik internal, serta rentan memiliki perilaku berisiko karena memiliki keingintahuan yang sangat besar (Erikson dalam Lana & Indrawati, 2021).

Salah satu faktor yang mempengaruhi kebahagiaan remaja adalah terjalannya kelekatan dengan teman sebaya (Baytemir, dalam Raissachelva & Handayani, 2020). Manusia terutama remaja pada dasarnya merupakan makhluk sosial yang saling berinteraksi satu sama lain untuk memenuhi kebutuhannya. Pada kehidupan sosialnya, remaja menunjukkan adanya keterlibatan dalam hubungan sosial yang lebih mendalam dan secara emosional lebih intim dibandingkan pada masa kanak-kanak (Oswalt, dalam Nur & Daulay, 2020).

Keterlibatan dalam hubungan sosial yang lebih mendalam pada remaja terlihat pada adanya upaya remaja untuk mencari dan membentuk persahabatan dengan teman kelompok sebayanya. Sehingga, remaja terlihat seolah-olah menomorsatukan hubungan dengan temannya sendiri dibandingkan hubungan dengan keluarganya. Hal ini terlihat pula pada tahap perkembangan sosialisasi individu bahwa kuatnya pengaruh teman sebaya dalam kehidupan remaja (Dariyo, 2004).

Kuatnya pengaruh teman sebaya dalam kehidupan remaja ini disebabkan oleh banyaknya jumlah waktu yang dihabiskan oleh remaja bersama teman sebayanya, baik dalam lingkungan sekolah maupun luar sekolah membuat teman sebaya menjadi figur kelekatan atau *attachment* yang memiliki peran penting dalam masa remaja (Aulya dkk., 2022). Banyaknya waktu yang remaja habiskan disekolah menjadikan remaja lebih sering bertemu dan berinteraksi dengan teman sebayanya ditambah pula adanya kesamaan nasib yang dimiliki antar remaja menimbulkan kelekatan dengan teman sebayanya, sehingga sekolah dijadikan sebagai tempat bagi remaja untuk bertemu dan menjalin hubungan dengan teman sebayanya (Desmita dalam Shafalita, 2020).

Proses terjalinnya suatu ikatan antara individu dengan teman sebaya inilah yang disebut dengan kelekatan teman sebaya (Mate & Neufeld dalam Chabibah & Affandi, 2022). Hal ini sejalan dengan pendapat Armsden & Greenberg (dalam Ringganis & Darmayanti, 2023) yang mendefinisikan kelekatan teman sebaya sebagai hubungan dekat yang terbentuk antara individu dengan teman-temannya karena sistem komunikasi serta kepercayaan yang baik. Pendapat tersebut sejalan Havighurst (dalam Shafalita, 2020) mengemukakan kehidupan remaja yang bahagia dapat dicapai dengan adanya relasi yang baik antara diri remaja dengan teman sebayanya.

Hubungan dengan sahabat dapat berperan serta pada kebahagiaan remaja sebab sahabat bisa menyokong dalam masa sulit, menyediakan dukungan, menghalau kesendirian, sebagai sarana berbagi pikiran, dan memengaruhi identitas diri remaja (Primasari & Yuniarti, dalam Lana & Indrawati, 2021). Namun pada

kenyataannya tidak semua remaja dapat menjalin kelekatan dengan teman sebaya. Adanya perasaan penolakan dan pengabaian yang diterimanya menjadikan remaja memiliki tendensi depresi yang dapat meningkat sehingga merasa sendirian dan tidak berbahagia (Santrock, dalam Chandra & Harahap, 2022).

Peneliti melakukan wawancara terhadap guru di SMA Negeri 2 Payakumbuh pada tanggal 22 November 2024 diperoleh keterangan bahwa adanya ketidakbahagiaan pada beberapa siswa. Hal ini terlihat dari siswa yang murung dan sedih ketika berada di sekolah, terutama dalam pembelajaran berbasis kelompok. Beberapa siswa cenderung memilih teman tertentu saja untuk menjadi bagian dari kelompoknya, sehingga siswa yang tidak terpilih merasa diabaikan dan kurang bersemangat untuk terlibat dalam kegiatan pembelajaran dikelas. Ditambah lagi, adanya selisih paham diantara siswa seringkali menyebabkan siswa memilih menjauh daripada harus berinteraksi dengan teman-temannya.

Hal ini diperkuat dengan hasil wawancara yang dilakukan dengan sepuluh orang siswa SMA Negeri 2 Payakumbuh, ditemukan siswa merasakan ketidakbahagiaan akibat banyaknya tugas sekolah yang dimilikinya, banyaknya tugas sekolah tersebut membuat siswa merasa sedih karena harus mengorbankan waktu bermainnya hanya untuk menyelesaikan tugas sekolah tersebut. Banyaknya waktu yang dihabiskan siswa untuk membuat tugas tak jarang membuat siswa tidak bersemangat untuk dalam belajar karena sedikitnya waktu siswa untuk bermain dan banyaknya tugas yang harus diselesaikan. Ditambah lagi, muncul rasa kecewa dan rasa tidak puas dengan pencapaian siswa saat ini sehingga memunculkan rasa takut mengecewakan orang tua. Selain itu, siswa merasa sedih dan murung saat berada

di sekolah karena merasa bahwa kehadirannya tidak diinginkan oleh teman-temannya, dimana saat diluar kegiatan pembelajaran seperti istirahat atau bermain di sekolah maupun di luar sekolah siswa tidak diajak bermain.

Beberapa siswa mengatakan bahwa siswa kesulitan untuk berinteraksi dengan teman di kelasnya karena tidak memiliki kesamaan yang dapat dibicarakan dengan teman-teman di sekolah, ditambah lagi rasa tidak percaya kepada teman membuat beberapa siswa mengatakan bahwa siswa sulit untuk mengungkapkan perasaan yang dirasakan hingga akhirnya merasa sulit untuk berbaur dan terasingkan di lingkungan sekolahnya. Kemudian, beberapa dari siswa mengatakan kurang semangat untuk ke sekolah karena sering terjadi selisih paham diantara siswa sehingga sulit untuk mempertahankan hubungan baik dalam pertemanannya.

Penelitian tentang kelekatan teman sebaya dengan kebahagiaan pernah dilakukan oleh Shafalita (2020) dengan judul "Hubungan *Peer Attachment* dengan Kebahagiaan Remaja: Studi Korelasional Pada Peserta Didik Kelas VII di SMP Negeri 35 Bandung". Hasil penelitian tersebut menunjukkan adanya hubungan antara kelekatan teman sebaya dengan kebahagiaan dengan nilai korelasi sebesar 0,620 yang menunjukkan bahwa kelekatan teman sebaya dapat memberikan dukungan emosional yang signifikan, yang pada gilirannya meningkatkan kebahagiaan individu.

Penelitian selanjutnya juga pernah dilakukan oleh Agustina & Ansyah (2024) dengan judul "Hubungan Antara Kelekatan Teman Sebaya dengan Kesejahteraan Psikologi pada Siswa Kelas VII & VIII di MTS NU Candi Pasca Pandemi Covid-19". Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan

positif antara kelekatan teman sebaya dengan kesejahteraan psikologi pada siswa kelas VII & VIII di MTS NU Candi dengan sumbangsih dari variabel kelekatan teman sebaya sebesar 0,125 dimana jika kelekatan teman sebaya tinggi maka kesejahteraan psikologi pun ikut tinggi. Selain itu, penelitian yang pernah dilakukan oleh Larasati (2024) dengan judul "Hubungan Antara Kualitas Persahabatan Dan Kematangan Emosi Dengan Kebahagiaan Remaja" menunjukkan terdapat hubungan yang positif signifikan antara kualitas persahabatan dan kematangan emosi dengan kebahagiaan pada remaja dengan nilai korelasi sebesar 0,450. Perbedaan penelitian yang dilakukan oleh peneliti saat ini terletak pada lokasi penelitian, waktu penelitian, dan populasi serta sampel penelitian.

Berdasarkan uraian di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul "Hubungan antara Kelekatan Teman Sebaya dengan Kebahagiaan pada Siswa kelas XI SMA Negeri 2 Payakumbuh"

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian yang dikemukakan diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu "apakah terdapat hubungan antara kelekatan teman sebaya dengan kebahagiaan pada siswa kelas XI SMA Negeri 2 Payakumbuh?"

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah dipaparkan diatas, maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui terdapat hubungan antara kelekatan teman sebaya dengan kebahagiaan pada siswa kelas XI SMA Negeri 2 Payakumbuh.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis, Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan pemikiran dan informasi untuk menambah wawasan, pengetahuan, dan perkembangan ilmu psikologi khususnya di bidang psikologi sosial.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Remaja

Penelitian ini diharapkan menjadi tambahan pembelajaran dan informasi bagi remaja terkait hubungan antara kelekatan teman sebaya dengan kebahagiaan sehingga remaja dapat memaksimalkan hubungan dengan teman sebayanya.

b. Bagi Pihak Sekolah

Penelitian ini diharapkan menjadi referensi dan sumber acuan bagi pihak sekolah terutama guru untuk memberi gambaran bagaimana kontribusi kelekatan teman sebaya pada tingkat kebahagiaan peserta didik.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi yang memadai untuk peneliti selanjutnya sebagai dasar untuk mengembangkan penelitian dan sebagai bahan perbandingan bagi peneliti lain yang membahas dan meneliti permasalahan yang sama.