

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Masa remaja merupakan masa dimana terjadinya perubahan baik pada tubuh, emosi, mental, minat, peran, serta perilaku yang terkadang menyebabkan terjadinya suatu masalah Hurlock (dalam Nugraha & Agus, 2019). Pada masa ini biasanya terdapat beberapa masalah yang muncul pada masa remaja yang perlu pendampingan dari orang tua. Namun, salah satu permasalahannya yaitu tidak semua remaja tinggal bersama orang tua mereka dan terdapat remaja yang tinggal di panti asuhan. Kondisi tersebut tentu saja berpengaruh terhadap sosialisasi dan mental emosi remaja terutama yang tinggal di panti asuhan, dimana perkembangan mental emosional remaja yang tinggal di panti asuhan kurang baik dibandingkan dengan remaja yang tinggal dirumah(Haryanti dkk., 2016).

Menurut Edi Suharto selaku Dirjen Rehabilitasi Sosial Kementerian Sosial menyebutkan pada tahun 2018 terdapat 500.000-600.000 anak yang tinggal di panti asuhan dengan total jumlah unit panti asuhan mencapai 7000 unit di Indonesia (*JawaPos.com*, 2022). Feliza (dalam Okti, 2019) menjelaskan bahwa 6% anak di panti asuhan merupakan yatim piatu, sementara itu sebanyak 94% diantara mereka memiliki salah satu kedua orang tua. Permasalahannya jika dikaitkan dengan kondisi perkembangan remaja di panti asuhan yaitu mayoritas panti asuhan yang ada di Indonesia hanya memperhatikan kebutuhan fisik dan kurang memperhatikan kondisi psikologi anak (Nugraha & Budiman, 2019).

Sehingga, kondisi tersebut berpengaruh terhadap perkembangan kesehatan mental anak panti asuhan dan sering kali anak panti asuhan dihadapkan oleh permasalahan Azwar (dalam Nugraha & Agus, 2019). Oleh karena itu, sangat dibutuhkan standar pelayanan panti asuhan yang baik untuk memperbaiki pola sosialisasi anak-anak yang ada di panti asuhan.

Menurut Peraturan Menteri Sosial Nomor 30 Tahun 2011 tentang Standar Nasional Pengasuhan untuk Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak menyatakan standar pelayanan panti asuhan adalah seperti pola pengasuhan orang tua bagi anak-anak yang ditempatkan di panti asuhan, dan selayaknya orang tua maka panti asuhan bertanggung jawab untuk memenuhi pemenuhan hak-hak anak. Dalam hal ini hak-hak anak meliputi hak terhadap perlindungan (terkait dengan martabat anak dan melindungi anak dari kekerasan); hak terhadap tumbuh kembang (mendukung perkembangan kepribadian anak, memfasilitasi relasi anak dengan keluarga dan pihak lainnya secara positif dan menyekolahkan anak); hak terhadap partisipasi (mendengar, mempertimbangkan, serta mengimplementasikan suara dan pilihan anak); serta hak anak terhadap kelangsungan hidup (memenuhi kebutuhan dasar anak terhadap makanan, minuman, dan fasilitas yang aman) yang secara jelas diatur dalam peraturan tersebut (*Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak (Lksa)*, 2018).

Papalia *et al* (2011) menyatakan bahwa masa remaja dimulai ketika seseorang sudah berusia sekitar 11 atau 12 tahun sampai masa remaja akhir atau awal usia dua puluhan. Lebih lanjut, Papalia, *et al* (2011) menjelaskan pada masa remaja terdapat perubahan besar yang saling bertautan dengan semua

ranah perkembangan remaja tersebut. Hal ini didukung oleh pendapat Kagan & Coles (dalam Septiani, 2012) yang mengklasifikasikan masa remaja menjadi tiga bagian, yaitu (1) remaja awal, berkisar dari usia 11 sampai 14 tahun; (2) remaja pertengahan berkisar dari usia 15 sampai 18 tahun; (3) remaja akhir berkisar dari usia 18 sampai 21 tahun.

Berdasarkan karakteristik dan tugas perkembangan seorang remaja yang sudah dijelaskan sebelumnya, maka remaja harus siap menghadapi perubahan dan berbagai tantangan. Sangat pentingnya keberhasilan dalam perkembangan di usia remaja membuat *psychological well-being* pada remaja menjadi hal menarik untuk diteliti. Hal ini karena *psychological well-being* berkaitan dengan berbagai tantangan yang dihadapi individu dalam usaha mencapai keberfungsian yang positif (Ryff, dalam Nugraha & Agus, 2019).

Psychological well-being adalah keberfungsian positif seseorang melalui evaluasi diri yang membuat individu dapat menerima dan menghargai dirinya maupun semua kejadian kehidupannya di masa lalu dengan perasaan positif. Menurut Ryff (dalam Nugraha & Agus, 2019) *psychological well-being* merupakan seseorang yang memiliki sikap positif terhadap diri mereka sendiri dan orang lain, mampu membuat keputusan sendiri, mampu memilih dan membentuk lingkungan yang sesuai dengan kebutuhan mereka, memiliki tujuan yang membuat hidup mereka bermakna dan mampu memperjuangkan diri dengan sepenuhnya.

Menurut Snyder (dalam Ramadhani dkk., 2016) menjelaskan *psychological well-being* adalah bukan hanya merupakan ketiadaan

penderitaan, namun *psychological well-being* meliputi keterikatan aktif dalam dunia, memahami arti dan tujuan hidup, dan hubungan seseorang dalam objek ataupun orang lain. Selanjutnya, menurut Ryff (dalam Nugraha & Agus, 2019) menjelaskan *psychological well-being* sebagai evaluasi atau perasaan seseorang mengenai aktifitas hidupnya sehari-hari atau pengalaman-pengalamannya serta suatu keadaan dimana individu mampu menerima keadaan dirinya secara positif, baik keadaan saat ini maupun pengalaman masa lalunya yang menyenangkan maupun tidak. Menurut Aspinwall (dalam Ramadhani dkk., 2016) mendefinisikan bahwa *psychological well-being* menggambarkan bagaimana psikologis berfungsi dengan baik dan positif.

Individu yang memiliki kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) memiliki sikap positif terhadap diri sendiri dan orang lain, memiliki tujuan yang berarti dalam hidupnya, memiliki kemampuan mengatur lingkungan, menjalin hubungan yang positif dengan orang lain dan berusaha untuk menggali dan mengembangkan diri semaksimal mungkin. Hal ini didukung oleh pendapat Ryff (dalam Nugraha & Agus, 2019), menjelaskan individu yang memiliki kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) memiliki karakteristik diantaranya, (1) mempunyai hubungan positif dengan orang lain yang meliputi ketabahan, kepuasan, dan kesenangan saat berhubungan kontak dengan orang lain, (2) mampu untuk menentukan dan memutuskan tindakan, keyakinan, dan kepercayaannya sendiri, (3) memiliki kemampuan untuk memilih atau menciptakan lingkungan yang sesuai dengan kondisi mentalnya, (4) memiliki makna dan arah dalam hidupnya, serta (5)

menyadari potensi yang dimiliki dan terbuka terhadap hal baru.

Menurut Nugraha dan Agus (2019) menyatakan bahwa adanya hubungan antara *gratitude* dengan *psychological well-being*. Dimana *gratitude* merupakan menerima segala sesuatu yang berharga berupa pengalaman yang bersumber dari individu dan wujud, ungkapan dari perasaan individu saat menerima perlakuan baik dari individu lain (McCullough, 2004).

Menurut Thomas dan Watkins (dalam Nugraha & Agus, 2019) *gratitude* adalah ketika individu memiliki tiga karakteristik sifat bersyukur yaitu perasaan berkecukupan, memperhatikan hal-hal kecil yang terjadi dalam hidup, dan menghargai keberadaan orang lain dalam kehidupan mereka. Selain itu, Pridayati & Indrawati (2019) juga menemukan hasil bahwa terdapat hubungan yang signifikan ke arah positif antara *gratitude* dengan *psychological well-being*.

Individu yang bersyukur, menunjukkan sikap menerima apapun yang terjadi pada dirinya Amawidyawati & Utami (dalam Pridayati & Indrawati, 2019). Hal tersebut berkaitan dengan salah satu aspek *psychological well-being* yaitu penerimaan diri. Remaja yang memiliki penerimaan diri yang tinggi adalah remaja yang memiliki sikap yang positif mengenai dirinya, orang lain, serta lingkungan.

Remaja yang memiliki *gratitude* dalam dirinya akan berusaha memahami bahwa dirinya menerima banyak sekali kebaikan serta pemberian baik dari Tuhan maupun orang-orang di sekelilingnya. Sehingga remaja dapat meningkatkan motivasi dalam dirinya untuk terus berbuat baik dan dapat

membalas kebaikan orang lain baik dalam bentuk perbuatan, perkataan, maupun perasaan dan pada akhirnya akan mampu menciptakan hubungan yang positif dengan orang lain, mandiri, dan mampu berfungsi sepenuhnya dalam lingkungan sosial. Sehingga remaja dapat mencapai *psychological well-being* (Pridayati & Indrawati, 2019).

Selanjutnya, berdasarkan hasil wawancara singkat peneliti dengan subjek penelitian anak remaja di Panti Asuhan Rahmatan Lil'Alamiin KotaPadang ditemukan fakta bahwa anak yang tinggal di panti asuhan tersebut memiliki kebahagiaan yang cukup. Hal ini dibuktikan dengan pihak panti asuhan yang menerima memperlakukan anak panti asuhan dengan baik, lingkungan pertemanan di panti asuhan yang mendukung, serta terdapat pola kebiasaan anak-anak di panti asuhan tersebut yang mengucapkan terimakasih terhadap pemberian orang lain. Dengan demikian, fenomena yang peneliti temukan di lapangan tepatnya di panti asuhan tersebut terdapat kecenderungan subjek penelitian tersebut memiliki rasa syukur atau *gratitude*.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan terhadap lima orang remaja Panti Asuhan Rahmatan Lil'Alamiin di Kota Padang pada tanggal 22 Juni 2021 peneliti memperoleh data bahwa 3 dari 5 remaja (berusia 12-21 tahun yang masuk pada tahap perkembangan remaja kategori *late*) menjelaskan bahwa kegiatan yang mereka lakukan lebih terarah sesuai potensi yang mereka punya sehingga dapat dikembangkan secara optimal selama berada di panti asuhan dibandingkan ketika anak tersebut tinggal di rumah bersama dengan orangtuanya. Adapun alasannya yaitu anak tersebut merasa sangat terbebani

jika tinggal bersama dengan orang tua karena tuntutan atau tanggung jawab yang diberikan kepada remaja sangat berat (Wawancara Peneliti pada tanggal 22 Juni 2021). Hal ini diungkapkan oleh satu orang remaja yang menjelaskan remaja tersebut diharuskan untuk bekerja agar memperoleh uang yang dipergunakan untuk membantu keperluan orang tuanya. Kemudian, dua orang remaja lainnya menjelaskan bahwa ketika remaja tinggal bersama orang tuanya, peluang remaja tersebut untuk mengenyam pendidikan sangat kecil karena orang tua tersebut lebih mementingkan tuntutan terpenuhinya kebutuhan sehari-hari dibandingkan dengan kebutuhan sekolah remaja tersebut.

Berdasarkan penjelasan informan tersebut dapat disimpulkan terdapat perbedaan kondisi ketika remaja tersebut tinggal di panti asuhan yang ditandai dengan remaja merasa senang dan tidak terbebani walaupun remaja diberikan tanggung jawab yang harus dilakukan setiap harinya serta melakukan aktivitas rutin yang telah dijadwalkan oleh panti asuhan. Selain itu, remaja tersebut juga mengatakan bahwa hidup di panti asuhan sangat menyenangkan karena memiliki banyak teman dan bahkan dapat mengembangkan potensi yang dimiliki. Hal ini dibuktikan dari prestasi yang diperoleh remaja di Panti Asuhan Rahmatan Lil'Alamiin Kota Padang, baik prestasi akademik maupun non-akademik. Kondisi ini menunjukkan bahwa remaja yang tinggal di Panti Asuhan Rahmatan Lil'Alamiin terampil memiliki *psychological well-being* yang baik. Meskipun remaja tersebut tidak tinggal bersama keluarga namun tetap dapat bertanggung jawab atas dirinya sendiri. Remaja tersebut tidak pernah merasa malu dengan keadaannya sebagai anak panti dan sebaliknya

remaja tersebut merasa sangat bersyukur tinggal di panti asuhan karena mendapatkan kasih sayang serta perhatian dari pengasuh dan teman-teman terdekatnya.

Sementara itu, hasil wawancara yang dilakukan peneliti dengan dua remaja lainnya, menjelaskan bahwa dua remaja tersebut merasa sedih karena remaja tersebut tidak memiliki orang tua, merasa cemas, serta rendah diri. Hal ini diungkapkan lebih lanjut oleh remaja tersebut bahwa ketika ia berinteraksi dengan teman sebayanya di sekolah takut memiliki rasa malu karena tidak mempunyai orang tua. Remaja tersebut juga mengungkapkan bahwa dirinya merasa berbeda jauh dengan temannya yang masih memiliki dan tinggal bersama dengan orang tuanya. Hal ini lah yang membuat mereka kurang percaya diri untuk bergaul dan berinteraksi dengan lingkungan sekitarnya yang menyebabkan remaja tersebut tidak memiliki teman dekat. Kondisi yang dialami oleh dua remaja tersebut tentunya menimbulkan pertanyaan mengenai *psychological well-being* mereka. Hal dikarenakan selain harus hidup tanpa kehadiran orang tua, mereka juga menemui masalah yang lebih serius dengan teman sebayanya. Padahal peran orangtua dan teman sebaya sangat dibutuhkan untuk membangun *psychological well-being* mereka. Sehingga, berdasarkan hasil wawancara peneliti terhadap remaja di panti tersebut menunjukkan pentingnya menunjukkan perilaku bersyukur (*gratitude*) dan *psychological well-being* bagi remaja di panti asuhan dalam menjalani kehidupan sehari-hari.

Penelitian mengenai hubungan antara *gratitude* dengan *psychological well-being* ini sebelumnya pernah diteliti oleh Nugraha dan Budiman pada

tahun 2019 yang berjudul “Hubungan antara *Gratitude* dengan *Psychological Well-Being* pada Remaja di Panti Sosial Asuhan Anak Al Fien Bandung”. Kemudian, Pridayati & Indrawati pada tahun 2019 juga meneliti hubungan tersebut dengan judul “Hubungan antara *Forgiveness* dan *Gratitude* dengan *Psychological Well-Being* pada Remaja di Panti Asuhan X Bekasi”. Adapun perbedaan diantara peneliti sebelumnya dengan peneliti yaitu dari segi lokus penelitian, waktu penelitian, sampel dan populasi penelitian, serta variabel yang digunakan dalam penelitian ini.

Berdasarkan kondisi masalah faktual mengenai permasalahan panti asuhan yang dihadapi di Indonesia khususnya di Kota Padang dengan masalah teori (*theoretical problem*) fenomena dari *gratitude* dengan *psychological well-being* yang dimiliki remaja, maka peneliti tertarik melakukan penelitian mengenai “Hubungan antara *Gratitude* (Kebersyukuran) dengan *Psychological Well-Being* pada Remaja Panti Asuhan Rahmatan Lil ‘Alamiin”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah peneliti jelaskan sebelumnya, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah terdapat hubungan antara *gratitude* (kebersyukuran) dengan *psychological well-being* pada Remaja Panti Asuhan Rahmatan Lil ‘Alamiin Kota Padang?.

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara *gratitude* (kebersyukuran) dengan *psychological well-being* pada remaja Panti Asuhan Rahmatan Lil'Alamiin di Kota Padang.

D. Manfaat Penelitian

Sesuai dengan rumusan masalah dan tujuan penelitian yang diuraikan di atas, maka hasil penelitian ini diharapkan bermanfaat:

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan pemikiran dalam ilmu psikologi khususnya psikologi social dan psikologi perkembangan.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Remaja Panti Asuhan

Bagi remaja dapat menjadi masukan dan informasi yang berkaitan dengan hubungan antara *gratitude* (kebersyukuran) dengan *psychological well-being* pada remaja panti asuhan.

b. Bagi Pengurus Panti Asuhan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat membantu memberikan informasi kepada pengurus panti asuhan mengenai *gratitude* dan *psychological well-being* pada remaja dan sebagai bahan evaluasi panti agar panti asuhan dapat memberikan informasi kepada remaja mengenai pemberian yang diberikan tersebut.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan mengenai hubungan antara *gratitude* (kebersyukuran) dengan *psychological well-being* dan dapat memberikan sumbangan teoritik bagi pengembangan ilmu pengetahuan khususnya psikologi social dan psikologi perkembangan.