

BAB I PENDAHULUAN

Bab I merupakan pendahuluan yang di dalamnya berisi latar belakang dari topik penelitian yang dikaji, pertanyaan penelitian, tujuan penelitian, dan manfaat penelitian.

1.1 Latar Belakang Penelitian

Kebahagiaan merupakan salah satu elemen hidup yang penting untuk mencapai kehidupan yang lebih baik, termasuk pada individu yang tengah beranjak dewasa atau yang berada pada fase *emerging adulthood*. Pada fase perkembangan ini individu berada pada periode kehidupan yang dipenuhi ketidakstabilan dan ketidakpastian karena mereka menghadapi pembentukan identitas, perkembangan kepribadian, dan kewajiban membuat berbagai keputusan penting untuk hidupnya (Wang & Haworth, 2020). Terkait adanya berbagai tantangan perkembangan tersebut, Arnett (2015) menyatakan bahwa *emerging adult* (individu yang berada pada rentang usia 18-25 tahun) sedang berada pada fase di mana mereka mendefinisikan kebahagiaan mereka masing-masing.

Dalam ilmu psikologi, kata ‘kebahagiaan’ memiliki istilah ilmiah yang sering juga disebut dengan ‘kesejahteraan subjektif’ (Seligman & Csikszentmihalyi, 2000). Pada beberapa literatur penggunaan istilah kesejahteraan subjektif dan kebahagiaan digunakan secara bergantian karena konotasi ‘kebahagiaan’ lebih banyak dipahami orang (Eddington & Shuman, 2008). Hal ini juga dijelaskan oleh Griffin & Ward (2016) yang menyatakan bahwa kesejahteraan subjektif merupakan istilah ilmiah dari kebahagiaan.

Kesejahteraan subjektif penting untuk dirasakan para *emerging adults* karena komponennya yang terdiri atas kepuasan hidup dan afek positif akan memudahkan mereka memperoleh berbagai pengalaman baru dalam hidup (Arnett, 2015). Hal ini relevan karena pada fase ini individu cenderung sedang bereksplorasi dan membuat keputusan untuk hidupnya secara mandiri.

Di Indonesia, untuk mengukur kebahagiaan masyarakat, terdapat sebuah indeks kebahagiaan yang didokumentasi oleh Badan Pusat Statistik (BPS), yakni Indeks Kebahagiaan BPS. Dimensi Indeks Kebahagiaan BPS 2021 antara lain kepuasan hidup, perasaan (afek), dan makna hidup—relevan dengan kesejahteraan subjektif. Indeks kebahagiaan 2021 menunjukkan peningkatan kebahagiaan masyarakat Indonesia dari tahun 2017 ke tahun 2021, namun terdapat provinsi yang mengalami penurunan poin taraf kebahagiaan. Salah satu provinsi yang mengalami penurunan taraf kebahagiaan adalah DKI Jakarta, yakni dari angka 71,33 menurun menjadi 70,68.

Ditinjau dari kelompok usia di bawah 24 tahun, indikator keluarga yang harmonis memiliki capaian tertinggi pada Indeks Kebahagiaan Badan Pusat Statistik (BPS). Data dari BPS tersebut menunjukkan bahwa keluarga memiliki peran penting dalam pembentukan kebahagiaan *emerging adults*. Rohner (2003) menyatakan bahwa kualitas keluarga dan rumah tangga memengaruhi bagaimana orang tua berperilaku hangat terhadap anak-anaknya. Namun pada tahun 2020, KPAI menerima sebanyak 6.519 pengaduan kasus pelanggaran hak anak yang jika ditinjau dari lingkup keluarga paling banyak dilakukan oleh orang tua. Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak Republik Indonesia (Kemen PPPA RI) menyatakan bahwa 4 dari 100 anak di Indonesia pernah mendapatkan pengasuhan yang tidak layak. Hal tersebut sangat bertolak belakang dengan hak yang seharusnya didapatkan anak dari orang tuanya, yaitu cinta dan kasih sayang. Kehangatan dan cinta yang ditunjukkan oleh ayah dan ibu sejak anak masih dini akan memiliki peran yang kuat pada perkembangan perilaku dan kesejahteraan anak (Rohner et al., 2012). Dalam Teori *Parental Acceptance-Rejection (PARTheory)*, kehangatan dan kasih sayang orang tua disebut juga dengan penerimaan orang tua.

Penerimaan orang tua berada di kontinum yang sama dengan penolakan orang tua dan anak dapat berada di sepanjang garis kontinum tersebut, cenderung ke penolakan atau ke penerimaan orang tua (Rohner, 1980). Orang tua yang menunjukkan kehangatan dan penerimaan pada anak penting untuk tumbuh kembang anak karena rasa aman dan keadaan

emosional serta psikologis lainnya bergantung pada kualitas hubungan dengan orang tua mereka. Penerimaan orang tua berperan dalam pembentukan kesejahteraan yang dirasakan seorang anak ketika memasuki usia dewasa karena memiliki peran yang kuat dalam perkembangan anak (Rohner et al., 2012).

Penelitian terdahulu yang menguji pengaruh antara penerimaan orang tua di masa kecil dengan kesejahteraan subjektif dilakukan oleh Kazarian et al. (2010) dan Özbiler et al. (2023). Kedua penelitian tersebut menunjukkan bahwa penerimaan orang tua memprediksi dan berpengaruh secara positif ke kesejahteraan subjektif *emerging adults*, sementara penolakan orang tua berkontribusi secara negatif ke kesejahteraan subjektif khususnya kepuasan hidup *emerging adults* (Yasmin & Hossain, 2014). Penelitian terbaru oleh Özbiler et al. (2023) menyarankan agar penelitian selanjutnya dapat menguji kedua variabel tersebut dengan variabel kesehatan mental lainnya dengan menggunakan sampel yang sama, yaitu *emerging adults*. Mengikuti penelitian terdahulu, penerimaan orang tua di penelitian ini mengacu pada penerimaan orang tua ketika anak masih kecil atau berusia 7-12 tahun.

Penelitian terdahulu telah menunjukkan kontribusi positif penerimaan orang tua di masa kecil terhadap kesejahteraan subjektif dan kontribusi negatif penolakan orang tua di masa kecil terhadap kesejahteraan subjektif. Kedua perilaku pengasuhan tersebut berada pada kontinum yang sama, sehingga tak terpisahkan (Rohner, 1980). Seseorang merasa bahagia akibat diterima oleh orang tuanya dan merasa tidak bahagia akibat ditolak oleh orang tuanya di masa kecil. Untuk memahami kuatnya kontribusi penerimaan orang tua di masa kecil terhadap kesejahteraan subjektif *emerging adults*, diperlukan adanya belas kasih pada diri sendiri atau kemampuan memaklumi cobaan hidup, yakni *self-compassion*. Mengacu pada penelitian terdahulu, *self-compassion* memiliki dampak positif signifikan terhadap kesejahteraan subjektif dan berpotensi untuk meningkatkan kesejahteraan subjektif (Arslan, 2023; YANG, 2023; Wicaksana, 2020).

Self-compassion merupakan perilaku positif dan rasa belas kasih pada diri sendiri ketika menghadapi cobaan dalam hidup (Zessin et al., 2015).

Orang yang *compassionate* dengan dirinya menunjukkan sikap baik pada diri sendiri, memaklumi penderitaan yang pernah dirasakan, dan rutin menerapkan *mindfulness* (Neff, 2003). *Self-compassion* pada diri seseorang dapat meminimalisir efek mental yang negatif dan dapat menunjukkan dampak yang baik pada kesejahteraan subjektif mereka sendiri (YANG, 2023). Dengan adanya *self-compassion* sebagai variabel moderasi di penelitian ini, kekuatan variabel penerimaan orang tua di masa kecil terhadap kesejahteraan subjektif *emerging adults* dapat diuji.

Penelitian-penelitian yang telah dipaparkan sebelumnya menunjukkan bahwa penerimaan orang tua memiliki efek positif pada kesejahteraan subjektif. Namun dari penelitian terdahulu masih belum diketahui variabel kesehatan mental yang dapat memperkuat hubungan antara penerimaan orang tua dan kesejahteraan subjektif. Pada penelitian ini terdapat variabel moderasi berupa *self-compassion* untuk melihat pengaruh interaksi *self-compassion* dengan pengaruh penerimaan orang tua terhadap kesejahteraan subjektif. Maka dari itu peneliti ingin menguji pengaruh antara penerimaan orang tua menurut Rohner terhadap kesejahteraan subjektif menurut Diener yang dimoderasi oleh *self-compassion* menurut Neff pada *emerging adults* yang berdomisili di DKI Jakarta.

1.2 Pertanyaan Penelitian

Berdasarkan latar belakang, pertanyaan di dalam penelitian ini diungkapkan sebagai berikut: Apakah *self-compassion* memoderasi pengaruh penerimaan orang tua terhadap kesejahteraan subjektif *emerging adults* di DKI Jakarta?

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi pengaruh penerimaan orang tua terhadap kesejahteraan subjektif dimoderasi *self-compassion* pada *emerging adults* yang berdomisili di DKI Jakarta. Selain itu penelitian ini juga bertujuan untuk menguji perbedaan penerimaan orang tua, kesejahteraan subjektif, dan *self-compassion* berdasarkan

sosiodemografi yakni jenis kelamin, usia, domisili, pendidikan, status pekerjaan, dan status tempat tinggal.

1.4 Manfaat Penelitian

Penelitian ini menunjukkan bahwa penerimaan orang tua yang dirasakan anak ketika anak masih kecil berpengaruh terhadap kebahagiaannya hingga dewasa. Belas kasih atau *self-compassion* yang anak miliki pada dirinya tidak berpengaruh pada kebahagiaan anak tersebut, terlepas ia diterima atau ditolak oleh orang tuanya. Maka dari itu penting untuk membuat anak merasa diterima dan disayang oleh orang tua sejak dini, karena rasa diterima tersebut berpengaruh pada kebahagiaannya hingga dewasa. Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai edukasi kepada para orang tua dalam mengasuh anak.