

BAB I

PENDAHULUAN

Bab I mendeskripsikan latar belakang permasalahan penelitian mengenai variabel yang akan diteliti, yaitu *psychological well-being* pada remaja.

1.1. Latar Belakang Permasalahan

Sekolah sebagai sarana dalam rangka pencapaian tujuan pendidikan memiliki pengaruh besar terhadap perkembangan dan kehidupan remaja, karena sebagian besar remaja menghabiskan waktunya di sekolah (Asrori, 2016, hlm. 59). Melalui sekolah siswa mendapatkan berbagai macam ilmu. Belajar merupakan suatu proses yang saling berkesinambungan yang dimulai sejak lahir dan berlangsung seumur hidup serta terjadi perubahan tingkah laku yang bersifat relatif permanen. Hasil belajar merupakan tujuan penting dalam pembelajaran yang ditunjukkan dengan aktivitas-aktivitas tingkah laku secara keseluruhan. Peranan kepribadian dalam proses belajar antara lain aspek emosional, motivasi, sikap dan sebagainya.

Dalam menentukan kemajuan dan kemunduran mutu pendidikan, bimbingan dan konseling di sekolah menjadi salah satu kunci dalam Layanan pendidikan yang sangat dibutuhkan perannya bagi peserta didik. Sekolah telah mengambil langkah-langkah yang diperlukan dalam menjadikan program bimbingan dan konseling sebagai salah satu bidang penting dalam kurikulum sekolah. Adanya layanan bimbingan dan konseling di sekolah maka akan membantu tercapainya tujuan dalam pendidikan.

Program bimbingan dan konseling di sekolah merupakan komponen yang tidak dapat dipisahkan dari proses pendidikan. Melalui layanan bimbingan dan konseling setiap peserta didik diharapkan mendapatkan kesempatan untuk mengembangkan setiap potensi dan kemampuan yang dimilikinya secara optimal. Selain itu, bimbingan dan konseling berupaya untuk membantu peserta didik agar memperoleh pemahaman dan pengetahuan diri mengenai intelektual, emosional,

sosial, moral dan spiritual sehingga mampu menyesuaikan diri secara dinamis serta mampu mencapai kehidupan yang bermakna baik bagi dirinya maupun lingkungannya.

Tujuan dari layanan bimbingan dan konseling dalam Permendikbud No. 111 Tahun 2014 adalah konseli dapat:

(1) merencanakan kegiatan penyelesaian studi, perkembangan karir, serta kehidupannya di masa yang akan datang; (2) mengembangkan seluruh potensi dan kekuatan yang dimilikinya seoptimal mungkin; (3) menyesuaikan diri dengan lingkungan pendidikan, masyarakat dan kerjanya; (4) mengatasi hambatan dan kesulitan yang dihadapi dalam studi, penyesuaian dengan lingkungan pendidikan, masyarakat maupun kerja.

Masa remaja merupakan suatu periode dalam rentang perkembangan yang merupakan masa transisi dari usia anak-anak menuju usia dewasa. Masa remaja mengalami perubahan yang terjadi pada fisik, sosial, dan psikologis yang sangat cepat dan drastis yang menuntut remaja untuk dapat menyesuaikan diri dengan perubahan dan tuntutan perkembangan. Apabila remaja tidak mampu melewatinya dengan baik, kemungkinan akan terjadi gangguan psikologis. Hal demikian disebabkan karena upaya adaptasi yang dilakukan remaja terhadap perubahan dan tuntutan tugas-tugas perkembangan yang akan memicu kelelahan (Bizarro, 2006; Kompas, Orosan, Grant., 1993).

Salah satu permasalahan yang sering dialami remaja adalah mengenai penerimaan terhadap diri yang negatif baik secara fisik maupun psikis. Penerimaan dapat berdampak negatif terhadap perkembangan diri dan aktualisasi potensi remaja. Menurut Powell (dalam Purwanto, 2011, hlm. 27) rendahnya penerimaan diri merupakan akar penyebab mengapa individu ragu dalam mengambil keputusan, tidak dapat berprestasi secara maksimal, serta kurang berani dan tidak percaya diri untuk bersaing dengan orang lain.

Menurut Shepard (dalam Saqib & Sufiyan, 2015, hlm. 13) penerimaan diri mengacu pada kepuasan individu karena *psychological well-being* diperlukan untuk mental yang sehat. Dalam domain psikologi positif *psychological well-being* termasuk dalam konstruksi kepribadian positif. Menurut Ryff & Singer (2008, hlm. 13) *psychological well-being* merupakan evaluasi positif terhadap kehidupannya dalam mengembangkan diri, sehingga individu yakin hidupnya

Anggun Putik Seftiani, 2016

PROFIL PSYCHOLOGICAL WELL-BEING REMAJA DAN IMPLIKASINYA BAGI LAYANAN DASAR BIMBINGAN PRIBADI

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

terarah memiliki makna dan tujuan, mampu menjalin relasi yang positif dengan orang lain, mampu menciptakan lingkungan sekitar yang sesuai dengan kebutuhannya, dan memiliki kemampuan dalam pengambilan keputusan tanpa terpengaruh orang lain.

Indikator individu yang memiliki *psychological well-being* yang tinggi adalah individu yang memiliki perasaan terus berkembang, menyadari segala potensi diri yang dimiliki, mampu melihat peningkatan dalam diri dan mengembangkan kualitas diri dari waktu ke waktu (Ryff & Keyes, 1995; Ryff & Singer, 2008). *Psychological well-being* memiliki peranan yang penting bagi peserta didik karena *psychological well-being* merupakan salah satu faktor yang dapat memengaruhi hasil pembelajaran dan perkembangan. *Well-being* yang tinggi akan berdampak pada peningkatan hasil belajar, peningkatan jumlah kehadiran di sekolah, memiliki perilaku prososial yang sehat, memiliki rasa aman sekolah dan memiliki kesehatan mental (Noble, dkk., 2008, hlm. 115). Peserta didik yang memiliki *psychological well-being* tinggi lebih mampu mempelajari dan memahami informasi secara efektif dan menyeluruh serta menunjukkan adanya keterlibatan dalam perilaku sosial yang sehat (Awartani, dkk., 2008; Blum, dkk., 2002). Sementara peserta didik dengan *psychological well-being* rendah cenderung memiliki evaluasi diri rendah yang berpengaruh terhadap kebahagiaan dan kepuasan dalam hidupnya, serta rentan mengalami masalah sosial yang serius (Wilkinson, 2004, hlm. 479).

Psychological well-being yang tinggi membantu individu dalam menumbuhkan emosi-emosi positif, merasakan kepuasan dalam hidup, merasakan kebahagiaan, mengurangi kecenderungan individu berperilaku negatif (Wilkinson, 2004, hlm. 483). Remaja yang tidak mampu melewati masa krisis dengan perasaan yang menyenangkan cenderung akan memiliki hambatan dalam melaksanakan tugas-tugas perkembangannya, sehingga remaja cenderung berperilaku negatif seperti tawuran, perundungan, mengkonsumsi alkohol, kebut-kebutan, obat terlarang, seks bebas ataupun perilaku negatif yang beresiko lainnya. Kegagalan dalam melewati masa krisis dengan kondisi yang tidak bahagia atau tidak menyenangkan yang akan memengaruhi remaja dalam pencapaian *psychological well-being*.

Anggun Putik Seftiani, 2016

PROFIL PSYCHOLOGICAL WELL-BEING REMAJA DAN IMPLIKASINYA BAGI LAYANAN DASAR BIMBINGAN PRIBADI

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

Qodar (2015) yang dilansir dalam halaman liputan6 melaporkan sebuah riset yang dilakukan *LSM Plan International* dan *International Center for Research on Women (ICRW)* yang menunjukkan fakta mencengangkan terkait kekerasan anak di sekolah. Terdapat 84% kasus kekerasan di sekolah yang dialami oleh anak Indonesia. Angka tersebut lebih tinggi dari tren di kawasan Asia yakni 70%.

Susanti (2016) yang dilansir dalam halaman *news okezone* melaporkan sebuah data dari Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) menyatakan sepanjang Januari 2011 sampai Juli 2015 terjadi kasus kekerasan di lingkungan pendidikan sebanyak 1.880 kasus. Pada tahun 2011, tercatat 276 kasus tindak kekerasan yang terjadi di sekolah. Kasus meningkat pada Tahun 2012 menjadi 552 kasus kekerasan. Tahun berikutnya, jumlah kasus kekerasan di lingkungan pendidikan menurun menjadi 371 kasus. Pada Tahun 2014, kembali terjadi peningkatan kasus tindak kekerasan di lingkungan pendidikan sebanyak 461 kasus. Hingga Juli 2015, terdapat 220 kasus kekerasan yang terjadi di lingkungan pendidikan.

Andini (2015) yang dilansir dalam halaman *news okezone* menyatakan terdapat tindak kekerasan yang cukup menyita perhatian yang terjadi di sekolah yaitu kasus kekerasan yang dialami oleh siswa Sekolah Dasar di Kebayoran Lama berinisial E yang dianiaya oleh temannya yang berinisial A berusia delapan tahun. Akibat tindak kekerasan, E yang berusia delapan tahun mengalami pendarahan otak kemudian dirujuk ke rumah sakit hingga akhirnya korban meninggal dunia.

Ruqoyah & Zahrul (2016) yang dilansir dalam halaman *metro news* menyatakan tindakan kekerasan terjadi pada siswa tingkat SMP. Peristiwa dialami oleh AS (14 tahun), siswa kelas VIII, terjadi pada Tahun 2016 di salah satu SMP Negeri di Depok. Kekerasan yang dialaminya berlangsung di saat jam pergantian kelas. Tidak hanya diikat oleh tali raffia, korban juga sempat dipukul. Ironisnya, saat peristiwa berlangsung tidak ada satupun teman korban yang melerai. Teman korban justru menertawakan apa yang dialami AS. Akibat kerap menjadi sasaran korban perundungan AS pun mengaku enggan kembali ke sekolah karena sakit hati dan trauma.

Sementara itu, Qodar (2016) yang dilansir pada halaman liputan6 menyatakan tindakan kekerasan terjadi di tingkat SMA. Perundungan yang terjadi di salah satu sekolah Jakarta yang berawal pada saat siswa kelas XII mengetahui ada siswa kelas X yang mengunjungi salah satu kafe yang terdapat penampilan DJ. Bagi pelaku, para adik kelasnya itu belum pantas untuk pergi ke tempat tersebut. Siswa kelas XII kemudian memanggil siswa kelas X di sebuah warung depan sekolah. Pelaku melakukan perundungan dengan memberikan hukuman kepada adik kelasnya. Salah satu bentuk perundungan yang dilakukan oleh pelaku adalah dengan menjadikan kepala adik kelasnya sebagai asbak rokok. Nasib pelaku sebanyak enam siswa yang terlibat dalam aksi perundungan terhadap adik kelas tak diluluskan oleh sekolahnya.

Setyawan (2015) yang dilansir dari web KPAI menyatakan tindak kekerasan yang terjadi di sekolah tidak hanya dilakukan oleh siswa saja, akan tetapi tenaga kependidikan seperti guru dan orang-orang yang ada di lingkungan sekolah acap kali menjadi pelaku tindakan kekerasan. Hasil survey yang dilakukan pada tahun 2015 oleh KPAI di 9 provinsi (Sumatera Barat, Lampung, Jawa Barat, Jawa Tengah, NTB, DIY, Jawa Timur, Gorontalo, dan Kalimantan Barat) terhadap 1.026 siswa tingkat SD/MI/SMP/MTS/SMA/MA menunjukkan 87,6% siswa mengaku pernah mengalami perundungan baik perundungan fisik maupun perundungan psikis seperti dipukul, dijewer, dihina, dibentak, diberi stigma negatif hingga dilukai dengan benda tajam.

Gilman, Furlong & Huebner (2009, hlm. 112) menyatakan penelitian mutakhir untuk mengukur *psychological well-being* remaja menunjukkan minat yang besar. Penelitian *psychological well-being* dikalangan remaja didasari pada fakta sangat sedikit diketahui bagaimana remaja dalam masa perkembangannya memandang kualitas kehidupannya secara menyeluruh. Penelitian *psychological well-being* pada remaja sangat bermanfaat sebagai upaya dalam mencegah munculnya perilaku remaja yang negatif, misalnya penyalahgunaan narkoba dan zat adiktif (Maretha & Leigh, 2007), kecanduan internet (Cardak, 2013), minum-minuman keras (Akhtar & Boniwell, 2010), dan kenakalan remaja (Stephen & Susan, 2004). Masalah-masalah remaja lainnya adalah adanya konflik di antara teman sebaya, kebingungan dalam menentukan karir maupun pendidikan tinggi

Anggun Putik Seftiani, 2016

PROFIL PSYCHOLOGICAL WELL-BEING REMAJA DAN IMPLIKASINYA BAGI LAYANAN DASAR BIMBINGAN PRIBADI

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

yang sesuai dengan kemampuannya, dan ketergantungan terhadap orangtua yang merupakan beberapa dari indikator ketidaksejahteraan psikologis (Ryff, 1989; Ryff, 1995; Ryff & Singer, 2008). Selain itu *psychological well-being* pada peserta didik merupakan hal yang penting karena penurunan *well-being* merupakan tanda awal adanya permasalahan emosi dan perilaku yang lebih serius (Bizarro, 2006, hlm. 96). Dengan mengetahui *psychological well-being* remaja, upaya yang dapat dilakukan *stakeholder* salah satunya dengan menyusun langkah preventif yang sesuai untuk menghindari atau mengurangi permasalahan serius yang mungkin dialami remaja (Negovan, 2010, hlm. 85).

Christopher (1999, hlm. 141) menyatakan konsep *psychological well-being* memiliki tempat tersendiri dalam ilmu bimbingan dan konseling. Keenam dimensi *psychological well-being* dijadikan sebagai tujuan dalam pelaksanaan bimbingan dan konseling karena individu dengan *psychological well-being* yang tinggi lebih mudah untuk mengidentifikasi dirinya, mencari solusi terhadap permasalahan hidupnya dan berusaha mencari bantuan untuk merubah keadaan agar menjadi lebih baik. Hal demikian menjadi tantangan bagi konselor sekolah akan pentingnya pencapaian dari keenam dimensi *psychological well-being*.

Studi pendahuluan yang telah dilakukan oleh peneliti terhadap siswa SMK Negeri 2 Bandung yaitu dengan melakukan pengambilan angket DCM yang menunjukkan dari 210 siswa kelas X, sebesar 45% belum memiliki wawasan mengenai pekerjaan di masa depan yang diinginkan, sebesar 44% belum memiliki pilihan yang pasti mengenai masa depan yang diinginkan, dan sebesar 37% memiliki keinginan cita-cita yang kurang sesuai dengan kemampuan. Kebingungan menentukan karir maupun pendidikan tinggi merupakan salah satu indikator *psychological well-being* yang rendah (Ryff, 1989; Ryff, 1995; Ryff & Singer, 2008). Menurut Ryff (1989) seseorang yang memiliki nilai tinggi dalam dimensi tujuan hidup akan memiliki tujuan dan cita-cita serta merasakan kebermanaknaan dalam hidup. Hasil studi pendahuluan mengindikasikan siswa kelas X SMKN 2 Bandung memiliki tingkat tujuan hidup yang rendah dalam dimensi *psychological well-being*. Berdasarkan hasil observasi peneliti terhadap siswa SMK Negeri 2 Bandung diketahui tingkat perilaku perundungan, baik perundungan secara *verbal* maupun *non verbal* tergolong tinggi. Dibuktikan

Anggun Putik Seftiani, 2016

PROFIL PSYCHOLOGICAL WELL-BEING REMAJA DAN IMPLIKASINYA BAGI LAYANAN DASAR BIMBINGAN PRIBADI

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

dengan adanya beberapa siswa yang menarik diri dari lingkungannya, bahkan terdapat siswa yang mengundurkan diri dari sekolah dengan alasan menerima perilaku perundungan. Perilaku perundungan mengindikasikan *psychological well-being* yang rendah pada dimensi hubungan positif dengan orang lain. Ryff (1995, hlm. 99) menjelaskan individu dengan *psychological well-being* tinggi akan memiliki kepedulian terhadap kesejahteraan orang lain, dapat menunjukkan afeksi, empati, dan keintiman, memahami prinsip memberi dan menerima dalam hubungan antar pribadi.

Fondasi *psychological well-being* adalah individu yang secara psikologis mampu berpikir positif. Selain itu, remaja membutuhkan *psychological well-being* untuk memiliki mental yang sehat dan mempersiapkan diri untuk masuk ke dalam tahapan perkembangan selanjutnya. Oleh karena itu penelitian perlu dilakukan dengan tujuan untuk memperoleh data tentang kecenderungan *psychological well-being* peserta didik SMK Negeri 2 Bandung. Hasil penelitian diharapkan dapat dijadikan rekomendasi bagi guru BK dalam mengembangkan layanan dasar bimbingan pribadi untuk meningkatkan *psychological well-being* peserta didik sehingga dapat menerima kekuatan dan kelemahan diri apa adanya, memiliki tujuan dan keterarahan dalam hidup, mengembangkan relasi yang positif dengan orang lain, menjadi pribadi yang mandiri tanpa bergantung kepada orang lain, mampu mengendalikan lingkungan sekitar, dan terus bertumbuh secara personal.

1.2. Rumusan Masalah Penelitian

Ryff (1989) menjelaskan *psychological well-being* merupakan suatu konsepsi yang berkaitan dengan aktivitas kehidupan sehari-hari dan mengarah pada pencapaian perasaan personal atas apa yang dirasakan oleh individu sebagai hasil dari pengalaman hidupnya. Reekum dkk., (2007) individu yang memiliki *psychological well-being* akan menjalani hidup dengan penuh rasa syukur dan tekad yang teguh sehingga membuat individu tidak mudah patah semangat ketika gagal.

Individu yang merasa puas dengan hidupnya, memiliki relasi yang positif dengan orang lain, memiliki kondisi emosional yang positif, mampu menyelesaikan dan melewati pengalaman buruk yang berdampak pada kondisi

Anggun Putik Seftiani, 2016

PROFIL PSYCHOLOGICAL WELL-BEING REMAJA DAN IMPLIKASINYA BAGI LAYANAN DASAR BIMBINGAN PRIBADI

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

emosional yang negatif, mampu menentukan keputusan sendiri tanpa terpengaruh orang lain, menguasai kondisi lingkungan sekitar, memiliki keterarahan dalam hidup, dan mampu mengembangkan potensi diri, merupakan karakteristik individu yang memiliki nilai tertinggi dalam *psychological well-being* (Ryff, 1989). Sementara untuk individu dengan *psychological well-being* yang rendah adalah sebaliknya.

Ryff (1989) mengemukakan terdapat enam dimensi yang dapat membentuk *psychological well-being* yakni penerimaan diri (*self-acceptance*), hubungan positif (*positif relation*), otonomi (*autonomy*), tujuan hidup (*purpose in life*), penguasaan lingkungan (*environmental mastery*), dan pertumbuhan pribadi (*personal growth*).

Faktor-faktor yang memengaruhi *psychological well-being* individu antara lain jenis kelamin, usia, status sosial ekonomi, budaya, dukungan sosial, tingkat pendidikan, evaluasi terhadap pengalaman hidup, religiusitas dan *locus of control*. (Ryff, 1989; Ryff & Keyes, 1995; Ryff & Essex, 1992; Sarafino, 2006).

Psychological well-being memiliki peran penting bagi siswa karena *psychological well-being* merupakan salah satu faktor yang memengaruhi hasil pembelajaran dan perkembangan. *Well-being* yang tinggi berhubungan dengan peningkatan hasil akademik, kehadiran di sekolah, perilaku prososial, keamanan sekolah dan kesehatan mental (Noble, McGrath, Roffey & Rowling, 2008).

Individu yang memiliki perasaan terus berkembang, melihat diri sendiri sebagai sesuatu yang terus berkembang, menyadari potensi yang dimiliki dan mampu menyadari peningkatan diri dan perilakunya dalam waktu ke waktu merupakan indikator individu yang memiliki *psychological well-being* yang tinggi (Ryff & Keyes, 1995; Ryff & Singer, 2008). Siswa yang memiliki *psychological well-being* tinggi lebih mampu mempelajari dan memahami informasi secara efektif serta menunjukkan keterlibatan dalam perilaku sosial yang sehat (Awartani dkk., 2008; Blum dkk., 2002). Sementara siswa dengan *psychological well-being* rendah cenderung membentuk evaluasi diri rendah yang berpengaruh besar terhadap kebahagiaannya dan kepuasan hidupnya, serta rentan mengalami masalah sosial yang serius (Wilkinson, 2004).

Berdasarkan latar belakang dan rumusan masalah, dikembangkan pertanyaan penelitian sebagai berikut:

- 1.2.1. Seperti apa kecenderungan *psychological well-being* remaja di SMK Negeri 2 Bandung Tahun Ajaran 2016/2017?
- 1.2.2. Seperti apa tingkat kecenderungan *psychological well-being* remaja di SMK Negeri 2 Bandung Tahun Ajaran 2016/2017 berdasarkan tingkat kelasnya?
- 1.2.3. Seperti apa tingkat kecenderungan *psychological well-being* remaja di SMK Negeri 2 Bandung Tahun Ajaran 2016/2017 berdasarkan jenis kelaminnya?
- 1.2.4. Bagaimana implikasi layanan dasar bimbingan pribadi untuk meningkatkan *psychological well-being* remaja?

1.3. Tujuan Penelitian

Secara umum, tujuan penelitian adalah mendeskripsikan gambaran kecenderungan *psychological well-being* remaja dalam hal ini peserta didik. Tujuan khusus penelitian adalah memperoleh data-data empirik mengenai:

- 1.3.1. Kecenderungan *psychological well-being* remaja di SMK Negeri 2 Bandung Tahun Ajaran 2016/2017.
- 1.3.2. Kecenderungan *psychological well-being* remaja di SMK Negeri 2 Bandung Tahun Ajaran 2016/2017 berdasarkan tingkat kelasnya.
- 1.3.3. Kecenderungan *psychological well-being* remaja di SMK Negeri 2 Bandung Tahun Ajaran 2016/2017 berdasarkan jenis kelaminnya.
- 1.3.4. Implikasi layanan dasar bimbingan pribadi untuk meningkatkan *psychological well-being* remaja.

1.4. Manfaat Penelitian

Secara khusus penelitian sangat bermanfaat bagi peneliti untuk menambah pemahaman teoretis khususnya tentang *psychological well-being* remaja. Penelitian juga diharapkan bermanfaat secara praktis dalam pendidikan serta bimbingan dan konseling.

- 1.4.1. Bagi guru bimbingan dan konseling hasil penelitian dapat dimanfaatkan sebagai acuan dalam pengembangan program bimbingan dan konseling, sebagai *need assessment* dalam mengembangkan layanan dasar bimbingan pribadi berdasarkan dimensi *psychological well-being*.
- 1.4.2. Bagi peneliti selanjutnya dapat mengembangkan penelitian dengan meneliti variabel yang berkaitan dengan *psychological well-being* untuk memperkaya kajian teoretis *psychological well-being*.

1.5. Stuktur Organisasi Skripsi

Bab I Pendahuluan, disajikan latar belakang masalah, rumusan masalah penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan struktur organisasi skripsi. Bab II disajikan kajian pustaka tentang perkembangan pemikiran *psychological well-being*, pengertian *psychological well-being*, dimensi *psychological well-being*, faktor *psychological well-being*, manfaat *psychological well-being*, skala pengukuran *psychological well-being*, pengertian remaja, tahap perkembangan remaja, pentingnya *psychological well-being* bagi remaja, layanan dasar, dan bimbingan pribadi. Bab III Metode penelitian, disajikan pendekatan dan metode penelitian, populasi dan sampel, definisi dan operasional variable, instrumen penelitian, teknik pengumpulan dan analisis data dan prosedur penelitian. Bab IV Hasil penelitian dan pembahasan, disajikan temuan penelitian dan pembahasan temuan peneliti secara tematik. Bab V Penutup, disajikan simpulan dan rekomendasi.