

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Penelitian

Salah satu tujuan yang diinginkan oleh setiap individu adalah tercapainya kebahagiaan. Melalui kebahagiaan individu akan mendapatkan kedamaian dan kepuasan dalam hidupnya. Kebahagiaan muncul ketika kebutuhan individu terpenuhi. Semakin tinggi harapan dan kebutuhan individu, serta semakin banyak yang dapat diraih, maka individu akan lebih bahagia (Puspitorini, 2012). Kebahagiaan menurut Seligman (2005) merupakan “segala hal baik perasaan maupun aktivitas dilakukan dan dirasakan seseorang yang berdasar pada emosi serta aktivitas yang bersifat positif”.

Namun pada kenyataannya tidak semua individu dapat mencapai kebahagiaan yang mereka inginkan. Pada saat seseorang kurang merasakan kebahagiaan dapat menyebabkan perasaan murung serta terlihat seolah mengucilkan diri dari lingkungan sekitar. Perasaan negatif yang terjadi membuat individu mudah curiga, defensif, lebih sering menyendiri, dan hanya berfokus pada kebutuhan dirinya sendiri. Salah satu karakteristik dari kesedihan yaitu individu yang mementingkan diri sendiri (Seligman, 2005). Hurlock (1997) menyebutkan ketidakbahagiaan juga mampu mengakibatkan terganggunya penyesuaian diri baik secara sosial maupun pribadi. Pada saat seseorang memiliki penilaian yang negatif kepada diri sendiri maupun kepada orang lain dapat menjadi salah satu ciri dari seseorang yang kurang bahagia sehingga individu mempunyai penyesuaian diri yang kurang baik. Kondisi ketidakbahagiaan yang terus berlangsung, membuat tugas perkembangan pada aspek pribadi dan sosial akan terganggu.

Kebahagiaan dapat dirasakan oleh semua kalangan usia, termasuk para remaja. Heubner dan Diener (dalam Eid & Randy, 2008) menyebutkan aspek intrapersonal, interpersonal serta akademik yang berfungsi secara positif merupakan bukti bahwa remaja sedang ada di fase merasakan kebahagiaan. Sebaliknya, Hurlock (2009) menjelaskan remaja dengan keterampilan pengaturan diri yang buruk cenderung

memiliki perasaan tidak bahagia selama masa remaja, sehingga pada saat mereka mengatasi masalah secara perlahan dapat berkurang begitu juga dengan periode ketidakhagiaannya. Perasaan tidak bahagia dalam diri remaja merupakan sesuatu yang penting untuk di diskusikan. Hones dan Meredith (dalam Elfida, Lestari, Diamera, Angraeni, & Islami, 2014) mengemukakan pertumbuhan dan perkembangan remaja yang cenderung tidak bahagia berkaitan dengan pembahasan mengenai isu ketidakhagiaan pada remaja.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Elfida (2014) menunjukkan teman, keluarga, dan orang spesial merupakan unsur utama bagi kebahagiaan individu di dalam kehidupan. Teman dianggap sebagai orang-orang yang memiliki hubungan baik dengan remaja. Sementara itu, sebagian besar remaja memilih sahabat sebagai tempat berbagi kebahagiaan yang paling utama. Hasil penelitian membuktikan pendapat bahwa hubungan dengan orang signifikan berkontribusi penting bagi kebahagiaan individu, khususnya bagi kebahagiaan remaja.

Salah satu faktor kebahagiaan yaitu lingkungan sosial karena dengan keadaan lingkungan sosial yang damai, baik, tentram, penuh penerimaan, pengertian dan aman merupakan lingkungan yang akan meningkatkan kebahagiaan remaja. Penelitian yang dilakukan oleh Brown dan Bowkowski (Santrock, 2007) memaparkan kehidupan remaja didominasi oleh peran teman sebaya. Beberapa hal mengenai hubungan dengan teman sebaya yang mengalami perubahan selama remaja diantaranya yaitu persahabatan, kelompok berteman, juga masa awal dari hubungan romantis. Teman sebaya membantu remaja belajar mengenai perilaku positif yang dapat diterima oleh lingkungan dan perilaku yang tidak dapat diterima oleh lingkungan sekitarnya karena remaja memiliki interaksi lebih banyak dengan teman sebaya. Adanya kesamaan nasib yang dimiliki antar remaja menimbulkan pencarian teman sebaya serta remaja dapat mengembangkan kelekatan dengan teman sebayanya (Desmita, 2009).

Kehadiran figur lekat selama masa remaja merupakan hal yang penting (Neufeld, 2004). Menurut teori Santrock (2003) dan Hazan & Shaver (dalam Barrocas, 2009) menjelaskan teman sebaya merupakan figur yang memiliki peran penting untuk pribadi seorang remaja. Pembentukan identitas diri remaja sangat

dipengaruhi oleh teman sebaya karena di fase remaja, seseorang lebih sering bertemu serta berinteraksi dengan teman sebayanya. Oleh karena itu, teman sebaya merupakan faktor penting yang mempengaruhi perkembangan remaja.

Selain emosi, kelekatan yang terbentuk dengan teman sebaya meliputi pikiran dan perasaan (Barrocas, 2009). *Peer attachment* atau kelekatan teman sebaya merupakan ikatan yang erat antara individu dengan sebayanya (Neufeld, 2004). Berdasarkan hasil penelitian Sullivan dan Santrock (2003) melalui teman sebaya, remaja dapat mempelajari dan mengamati pola hubungan timbal balik dengan teman sebaya serta saling memahami minat dengan teman sebaya. Havighurst (dalam Nurdin, 2009) mengemukakan kehidupan remaja yang bahagia dapat dicapai dengan adanya relasi yang baik antara diri remaja itu dengan teman sebayanya.

Akan tetapi pada kenyataannya tidak semua remaja dapat menjalin hubungan yang baik dengan teman sebaya. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Desmita (2009) menjelaskan adanya dampak negatif dari kedekatan terhadap teman sebaya. Salah satunya adalah remaja akan merasakan kesepian atau permusuhan ketika teman sebayanya menolak atau mengabaikannya. Apabila kondisi ini muncul dapat menimbulkan keinginan remaja melakukan bunuh diri (Ausubel, dalam Monks & Knoers, 2004). Bowlby (1982) mengemukakan salah satu ketakutan terbesar manusia yaitu menjadi sendirian dan merasakan kesepian. Pada akhirnya ketika seorang individu merasa kesepian maka individu tidak berbahagia.

Perkembangan pemikiran internasional mengenai kebahagiaan telah diadopsi di Indonesia. Indonesia berada pada urutan ke-81 dari 155 negara jika berbicara mengenai kebahagiaan negara – negara di dunia (World Happiness Report, 2017). Berdasarkan publikasi Badan Pusat Statistik Indonesia bahwa hasil indeks kebahagiaan di Indonesia pada tahun 2017 berdasarkan hasil Survey Pengukuran Tingkat Kebahagiaan (SPTK) sebesar 70,69 pada skala 0 sampai dengan 100.

Graber & Sontag (2009) menjelaskan tingkat remaja yang pernah mengalami depresi berkisar dari 15 hingga 20 persen. Pada sekitar usia 15 tahun, tingkat depresi pada remaja perempuan dua kali lebih besar dari remaja laki-laki. Beberapa alasan

adanya perbedaan gender ini karena perempuan cenderung memikirkan suasana hatinya serta cenderung melebih-lebihkan emosinya (Santrock, 2011).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan pada bulan November tahun 2019 di salah satu kelas VIII SMP Negeri 35 Bandung dengan responden 32 orang yang terdiri dari 13 orang laki-laki dan 19 orang perempuan. Hasil mengungkapkan 31% responden memiliki tingkat kebahagiaan rendah sehingga perlu mendapat perhatian. Peneliti juga melakukan wawancara kepada tiga orang siswa kelas VIII SMP Negeri 35 Bandung dapat diketahui responden merasa sedih karena dikucilkan oleh teman kelasnya. Terdapat beberapa siswa yang tidak termasuk ke dalam *peer group* di kelas sehingga apabila menghadapi situasi pembelajaran dalam kelompok mereka merasa tidak senang. Situasi tidak menyenangkan menyebabkan peserta didik merasa murung, sulit berkomunikasi dengan teman-temannya sehingga ia lebih memilih untuk menyendiri. Peneliti juga menemukan siswa yang memiliki kelekatan dengan teman sebaya yang lebih dekat terlihat bahagia apabila dibandingkan dengan siswa yang selalu menyendiri dan kurang dekat dengan teman sebayanya.

Oleh karena itu dalam tahapan perkembangan remaja, isu mengenai kebahagiaan menjadi sangat penting dan perlu dibahas karena seseorang yang berada di fase remaja masih dalam fase sulit membuat keputusan yang berakhir pada banyaknya masalah yang dimiliki, sehingga akan banyak celah dalam dirinya merasakan ketidakbahagiaan. Salah satu faktor yang ikut serta mempengaruhi kebahagiaan yakni hubungan dengan teman dekat. Kontribusi dari teman dekat diyakini dapat menjadi pendukung remaja dapat memiliki kebahagiaan. Untuk mewujudkan *peer attachment* yang aman dan kebahagiaan yang tinggi diperlukan bantuan khususnya dari Bimbingan dan Konseling (BK). Layanan Bimbingan dan Konseling membantu siswa untuk memahami, menerima, mengarahkan, mengambil keputusan, dan merealisasikan keputusan dirinya secara bertanggungjawab untuk mencapai kesuksesan, kesejahteraan, dan kebahagiaan sehingga siswa memiliki hidup yang produktif dan sejahtera (Ditjen GTIK, 2016). Fenomena *peer attachment* dan kebahagiaan remaja termasuk pada bidang layanan pribadi-sosial. Bidang layanan pribadi-sosial merupakan layanan bimbingan dan konseling yang bertujuan untuk

membantu peserta didik agar mampu mengatasi permasalahan yang di alaminya, baik permasalahan yang bersifat pribadi maupun sosial. Bimbingan pribadi-sosial diberikan dengan cara menciptakan lingkungan yang kondusif, interaksi pendidikan yang akrab, mengembangkan sistem pemahaman diri dan sikap positif, serta mengembangkan kemampuan pribadi-sosial yang tepat (Walgito, 2004).

Penelitian dapat dijadikan sebagai salah satu acuan dalam bimbingan konseling terkait hubungan *peer attachment* terhadap kebahagiaan peserta didik. Selain itu, penelitian dapat digunakan sebagai dasar dalam menyusun cara untuk meningkatkan kebahagiaan yang tepat berdasarkan karakteristik remaja dengan demikian remaja dapat hidup dengan bahagia dan terhindar dari berbagai permasalahan yang dapat mengganggu ketenangan hidupnya yang dapat berdampak pada tugas perkembangan dan hasil akademiknya.

1.2 Identifikasi dan Rumusan Masalah Penelitian

Para ilmuwan sosial memperkirakan sekitar 70 persen kebahagiaan individu bergantung pada jumlah dan kualitas persahabatan, kedekatan keluarga, dan kesehatan hubungan dengan tetangga dan rekan kerja. Dukungan sosial, rasa saling menghargai, dan kemampuan untuk berbagi sangat penting untuk kebahagiaan dan sangat tergantung serta bisa dipelihara melalui komunikasi. Memberi tahu orang lain bahwa mereka penting bagi kita dapat memperdalam ikatan timbal balik. Berbagi masalah dengan orang-orang terdekat dapat meringankan tekanan dari suatu masalah.

Belliotti (2004) mengungkapkan meskipun kita memerlukan kesendirian, rasa yang tajam dari individualitas, keunikan, keistimewaan, dan kemandirian individu juga membutuhkan beberapa kriteria yang digunakan suatu kelompok. Manusia mencari ikatan, koneksi dan memperluas subjektivitas melalui keluarga, teman, dan kekasih. Seseorang perlu memperluas lingkup kepedulian terhadap orang lain dan merasakan bahwa orang lain juga memiliki kepedulian terhadap individu lainnya. Keintiman, berbagi, dan kepemilikan sosial adalah bahan terpenting untuk kebahagiaan.

Salah satu hal penting dalam membentuk identitas diri seorang remaja adalah adanya persahabatan yang diciptakan dengan teman sebaya (Gunarsa, 2004). Proses melihat dan meniru, berpikir, serta memahami tingkah laku teman sebaya secara tidak langsung akan dilakukan oleh seorang remaja agar dapat diterima dan diakui dalam pergaulan sosial, dan selebihnya dapat diakui sebagai anggota kelompok (Neufeld, 2014). Teman sebaya juga dapat memberikan pengaruh positif maupun negatif (Kusdiyati, Halimah, & Faisaluddin, 2011).

Kelekatan atau *attachment* merupakan ikatan diantara dua individu atau lebih yang sifatnya mengikat antar satu sama lain dan dalam kurun waktu dan ruang tertentu akan menumbuhkan rasa aman dan nyaman. Beberapa faktor yang mempengaruhi kelekatan seorang remaja dengan teman sebaya mereka menurut Baradja (2005) yaitu (1) remaja merasa puas ketika objek lekat memberikan kebutuhannya, misalnya ketika seorang remaja membutuhkan suatu hal kemudian objek lekat siap dan mampu untuk memenuhinya. Objek lekat remaja yaitu teman sebaya; (2) teman sebaya selalu memberikan reaksi atau merespon terhadap tingkah laku seorang remaja yang mencari perhatian pada teman sebaya; (3) intensitas pertemuan antara remaja dan teman sebaya yang semakin sering maka remaja akan memberikan kekekatannya.

Penelitian difokuskan untuk mengetahui hubungan antara *peer attachment* dengan tingkat kebahagiaan remaja kelas VIII SMP Negeri 35 Bandung Tahun Ajaran 2019/2020. Adapun rumusan masalah dalam penelitian berfokus pada pertanyaan berikut.

- 1) Seperti apa gambaran *peer attachment* kelas VIII SMP Negeri 35 Bandung Tahun Ajaran 2020/2021?
- 2) Seperti apa gambaran tingkat kebahagiaan kelas VIII SMP Negeri 35 Bandung Tahun Ajaran 2020/2021?
- 3) Apakah terdapat hubungan antara *peer attachment* dengan tingkat kebahagiaan remaja kelas VIII SMP Negeri 35 Bandung Tahun Ajaran 2020/2021?

1.3 Tujuan Penelitian

Secara umum tujuan penelitian adalah memperoleh gambaran hubungan antara *peer attachment* dengan tingkat kebahagiaan remaja. Adapun tujuan khusus penelitian yaitu untuk mengetahui gambaran tentang:

- 1) *Peer attachment* kelas VIII SMP Negeri 35 Bandung Tahun Ajaran 2020/2021.
- 2) Tingkat kebahagiaan kelas VIII SMP Negeri 35 Bandung Tahun Ajaran 2020/2021.
- 3) Hubungan antara *peer attachment* dengan tingkat kebahagiaan remaja kelas VIII SMP Negeri 35 Bandung Tahun Ajaran 2020/2021.

1.4 Manfaat Penelitian

Secara teoritis, penelitian diharapkan dapat memberikan sumbangan pemikiran dalam memperkaya wawasan konsep praktek bimbingan konseling serta dapat memberikan gambaran tentang hubungan antara *peer attachment* dengan tingkat kebahagiaan remaja. Adapun manfaat praktis penelitian yaitu:

- 1) Bagi Guru Bimbingan dan Konseling/Konselor
Penelitian diharapkan dapat memberikan informasi mengenai gambaran kontribusi *peer attachment* terhadap tingkat kebahagiaan remaja.
- 2) Bagi Peneliti Selanjutnya
Penelitian diharapkan dapat dijadikan sebagai bahan perbandingan atau referensi bagi peneliti lain yang membahas dan meneliti permasalahan yang sama.

1.5 Sistematika Penulisan

Struktur penelitian terdiri dari lima bab yaitu Bab I Pendahuluan, meliputi latar belakang penelitian, identifikasi dan rumusan masalah penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan struktur organisasi penelitian. Bab II Kajian Pustaka, membahas teori-teori mengenai konsep kebahagiaan, konsep *peer attachment*, penelitian-penelitian terdahulu, dan posisi teoretis penelitian. Bab III Metode Penelitian, meliputi desain penelitian, subjek dan lokasi penelitian, populasi dan

sampel, instrumen penelitian, analisis data, dan prosedur penelitian. Bab IV Hasil Penelitian dan Pembahasan, memaparkan hasil analisis data yang telah diperoleh sebagai jawaban atas rumusan masalah. Bab V Simpulan dan Rekomendasi, memaparkan simpulan penelitian dan rekomendasi yang diberikan dari hasil penelitian yang dilakukan.