

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Menurut Santrock (2012), tahun-tahun antara usia 10 dan 12 tahun dianggap sebagai awal masa remaja, yang berlangsung hingga antara usia 18 dan 22 tahun. Masa remaja adalah masa perkembangan transisi yang terjadi antara masa kanak-kanak dan dewasa. Dalam Teori Perkembangan Erikson (dalam Santrock, 2012), masa remaja dianggap sebagai tahap psikososial yang sangat penting, khususnya dalam pembangunan identitas seseorang..

Harapannya, remaja dapat menemukan identitas dirinya. Jika remaja gagal menemukan identitas dirinya maka mereka akan mengalami kebingungan akan identitas dan ketidakpuasan dalam dirinya. Hal itu akan menyebabkan munculnya perilaku menyimpang (*deliquent*), melakukan tindakan kriminalitas, dan mengganggu masyarakat sekitar (dalam Batubara, 2017, h.50).

Menurut Batubara (2017, h.50) tindakan kriminalitas yang dilakukan oleh remaja seringkali meresahkan dan merugikan masyarakat. Dalam jangka waktu tiga tahun yaitu dari tahun 2016-2018 diperoleh data statistik Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) terkait kasus kriminalitas remaja yang mengalami peningkatan, antara lain kasus tawuran pelajar, *bullying* di sekolah, kekerasan fisik, kekerasan psikis, kekerasan seksual, kecelakaan lalu lintas, penggunaan NAPZA, pengedar NAPZA, pembunuhan, pencurian, dan kepemilikan senjata tajam.

Permasalahan-permasalahan tersebut akan mempengaruhi remaja dalam menyelesaikan tahap perkembangan dan mencapai kesejahteraan yang dijelaskan

oleh Santrock (2007). Pada setiap tahap perkembangan manusia, individu memiliki tugas perkembangan yang harus dilakukan, tidak terkecuali pada remaja. Menurut Havighurst (dalam Putra & Ramdani, 2014, h.38) tugas perkembangan merupakan sebuah tugas yang harus diselesaikan oleh individu pada fase atau periode kehidupannya. Jika individu berhasil atau sukses menyelesaikan tugas perkembangan, maka individu akan merasa bahagia dan puas. Tetapi berbanding terbalik jika individu gagal dalam menyelesaikan tugas perkembangan, maka individu akan merasakan kekecewaan dan akan mengalami hambatan pada tahap perkembangan selanjutnya.

Begitu pula dengan remaja, pencapaian tahap perkembangan dapat berbeda antaremajanya yang satu dengan remaja lain. Terdapat remaja yang mencapai tahap perkembangan dengan baik, namun ada pula remaja yang lamban atau mengalami hambatan dalam mencapai tahap perkembangannya (Batubara, 2017, h.49).

Menurut Batubara (2017, h.49) remaja akan dapat mencapai tahap perkembangannya, jika *psychological well being* secara umum dalam kondisi baik. Ini adalah gagasan yang mencoba untuk mendefinisikan *psychological well being* berdasarkan pemenuhan fungsi psikologis positif, juga disebut *positive psychological functioning*. *Psychological well being* adalah konsep yang berusaha menggambarkan kesehatan psikologis individu. (Ryff, 1989, h.1070).

Sejalan dengan pengertian kesejahteraan psikologi (*psychological well being*) Menurut Ryff (1989, h.1070) merupakan realisasi potensi pada mereka yang memiliki pandangan konstruktif pada diri mereka sendiri dan orang lain, sejauh mana individu mempunyai tujuan akan hidup, memiliki rasa tanggung jawab akan hidup mereka, dan berusaha mempelajari dan menumbuhkan jati diri.

Menurut Hauser, Springer dan Pudrovka (2005, h.2) memaparkan *psychological well-being* merupakan *psychological well being* bagi individu yang memfokuskan kepada upaya realisasi diri, pernyataan diri, dan aktualisasi diri.

Huppert (2009, h.137) juga mendefinisikan bahwa *psychological well being* membahas mengenai suatu perjalanan hidup dari individu dengan baik. Dalam hal ini membahas mengenai suatu perpaduan antara perasaan seseorang yang dapat berfungsi secara efektif. Pengalaman perasaan yang menyakitkan (seperti kecewa, gagal, dan sedih) merupakan bagian normal dari kehidupan, namun dengan bagaimana individu tersebut mampu mengelola emosi negatif tersebutlah yang terpenting dalam jangka waktu yang panjang di *psychological well being* individu.

Menurut Diener (2009, h.247), *psychological well being* atau disebut juga kesejahteraan psikologis mewakili fungsi manusia yang optimal, yaitu makna atau tujuan hidup seseorang, hubungan yang saling membantu atau menguntungkan, keterlibatan dan minat, memberikan kontribusi positif bagi kesejahteraan orang lain, kompetensi, penerimaan diri, optimisme, dan kepedulian terhadap diri sendiri dan orang lain adalah komponen dari sebuah keberadaan yang bahagia. Menurut Ryan dan Deci (2001, halaman 142), konsep kesejahteraan berkaitan dengan fungsi psikologis dan pengalaman yang berada pada tingkat setinggi mungkin. Dalam hal ini bukan hanya fokus pada kualitas komunikasi interpersonal setiap harinya tetapi juga dari penelitian ilmiah yang intens.

Berdasarkan dari beberapa pendapat ahli di atas maka dapat ditarik kesimpulan bahwa *psychological well-being* berkaitan dengan kondisi individu yang bersifat positif dimana ia menyadari akan potensi yang dimilikinya, memiliki hubungan yang baik dengan orang lain, dan memiliki keinginan untuk

selalu belajar dalam pengembangan diri. Menurut Ryff (1989, h.1071) terdapat 6 dimensi dari *psychological well-being*, yaitu tujuan dalam hidup, interaksi positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan atas lingkungan seseorang, penerimaan diri, dan pengembangan pribadi.

Namun pada kenyataannya, ada beberapa kendala yang menghambat pencapaian *psychological well-being* siswa. Berdasarkan observasi yang pernah dilakukan oleh peneliti pada magang 3 yang dilaksanakan di MTs Negeri 2 Medan, yaitu siswa yang masih menganggap bahwa dirinya hebat hanya karena dia pintar di bidang akademik, sehingga memandang rendah temannya yang kurang pintar. Terdapat siswa yang masih memandang rendah dirinya di depan orang lain, sehingga dia tidak bisa menerima keadaan dirinya saat ini. Terdapat siswa yang lebih suka menyendiri, baik dalam mengerjakan tugas kelompok maupun pada saat jam istirahat. Terdapat siswa yang masih bingung dengan apa yang mereka inginkan dikarenakan selama ini hanya mengikuti arahan dan keinginan orang tua. Terdapat siswa yang acuh tak acuh pada temannya yang sedang mengalami kesulitan dikarenakan persaingan akademik.

Dari penjelasan di atas maka peneliti menyimpulkan bahwa siswa-siswi MTs Negeri 2 Medan memiliki tingkat *psychological well-being* yang berbeda. Perbedaan ini disebabkan oleh sejumlah faktor yang memainkan peran penting dalam *psychological well being* remaja. Faktor-faktor tersebut antara lain status sosial ekonomi, dukungan sosial, religiusitas, dan kompetensi remaja (Liputo dalam Batubara 2017, h.51). Dukungan sosial disebut-sebut sebagai salah satu aspek yang dapat berpengaruh pada *psychological well being* individu oleh Ryff (1995, halaman 720).

Psychological well being individu tidak hanya dapat dicapai oleh individu itu sendiri, melainkan ia membutuhkan peran dari lingkungannya. Ryff (1995, h.720) Dikatakan beberapa aspek yang berdampak pada kesehatan jiwa seseorang adalah sebagai berikut: 1. faktor usia 2. faktor jenis kelamin 3. faktor status sosial ekonomi dan 4. faktor dukungan sosial. Siswa yang terlibat dalam proses akademik di sekolah mendapat manfaat besar dari memiliki sistem dukungan sosial yang kuat untuk diri mereka sendiri. Dorongan, arahan, dan bantuan yang diterima seseorang dari keluarga dan kerabat terdekat, semuanya memainkan peran penting dalam kesejahteraan mereka secara keseluruhan.

Menurut Sarafino (2011, hal 81), dukungan sosial dapat didefinisikan sebagai perasaan nyaman, perhatian, pujian, atau bantuan yang diterima individu dari orang-orang di lingkungan terdekatnya atau dari kelompok bermain. Menurut Sarason (2007, hlm. 270), dukungan sosial merupakan kebutuhan yang berarti bagi individu untuk dipenuhi agar dapat diterima dari orang lain yang dapat dipercaya. Hal ini dilakukan agar individu semakin memahami bahwa orang-orang di sekitarnya peduli, menghargai, dan mencintai dirinya sendiri.

Kegiatan yang diikuti orang lain ketika mereka menawarkan bantuan adalah fokus utama dari dukungan sosial. Suatu kondisi yang dianggap menguntungkan bagi individu adalah kondisi di mana mereka memiliki akses ke orang-orang yang dapat dipercaya. Kondisi ini dapat memberikan pemahaman kepada individu bahwasannya orang lain juga memerhatikan, menghargai, dan mencintai dirinya.

Menurut Santrock (2012) remaja lebih banyak berinteraksi dengan teman sebaya. Dibandingkan dengan masa kanak-kanak, remaja awal lebih banyak menyesuaikan diri terhadap standart teman sebaya. Remaja berpendapat bahwa

teman sebaya bisa memberikan dunia bagi orang-orang muda untuk melakukan perkembangan sosial, nilai-nilai yang ditetapkan oleh orang dewasa tidak berlaku untuk mereka yang masih muda.

Remaja juga menghabiskan banyak waktu yang dimilikinya dengan teman sebaya daripada dengan orang tua atau anggota keluarga lain, waktu mereka cukup banyak tersita untuk berpacaran atau berpikir mengenai pacaran (Collinz, Welsh, dan Furman; Conolly dan McIsaac dalam Santrock, 2012).

Terkait relasi pertemanan antarsiswa, peneliti mewawancarai Guru BK di MTs Negeri 2 Medan untuk mengetahui perkembangan pertemanan siswa dan siswi di sekolah MTs Negeri 2 Medan, adalah sebagai berikut:

Guru BK 1 mengatakan

“..... bahwa siswi perempuan cenderung lebih mempermasalahkan relasi pertemanan maupun persahabatan. Mereka saling berbagi permasalahan sehari-hari yang mereka alami. Mereka juga saling mendukung dan membela temannya yang memiliki masalah. Ada beberapa siswa yang sering menjadi tempat curhat bagi teman-temannya. Sehingga siswi itu merasa jika dia salah dalam memilih pertemanan maka semua curhatan yang telah disampaikannya akan diberitahukan kepada orang lain.”

Guru BK 2 mengatakan

“..... bahwa siswi perempuan lebih cenderung mempermasalahkan pertemanan maupun persahabatan. Karena siswi tersebut merasa kalau pertemanan dapat membuat mereka menjadi orang yang baik dan juga dapat membuat mereka menjadi orang yang buruk. Sehingga para siswi tidak ingin berteman dengan mereka yang memiliki sikap yang buruk maupun dengan orang yang tidak terlalu pintar di bidang akademik.”

Guru BK 3 mengatakan

“..... bahwa siswi perempuan dalam pertemanan maupun persahabatan akan sangat berhati-hati dalam memilihnya. Dikarenakan mereka menganggap bahwa seorang sahabat lebih berharga dibandingkan apapun yang dapat memberikan mereka kebahagiaan. Jadi jika mereka belum bisa menemukan seseorang yang

“dapat dipercaya maka akan jauh lebih baik jika mereka sendiri daripada berpura-pura untuk bahagia dan memiliki banyak teman.”

Guru BK 4 mengatakan

“..... bahwa siswi sulit entah itu mendapatkan teman ataupun berusaha untuk berteman. Tetapi sebaliknya bagi seorang siswa sangat mudah bagi mereka untuk mendapatkan seorang teman. Walaupun siswa laki-laki tidak terlalu mempermasalahkan relasi pertemanannya, namun mereka juga cenderung berkelompok dengan teman sebayanya yang memiliki kesamaan dengannya. Contohnya ada siswa laki-laki yang gemar bermain sepak bola, ada juga yang gemar bermain bulu tangkis, dll mereka akan lebih sering terlihat bersama-sama dibandingkan dengan teman yang memiliki hobi yang berbeda. Meskipun cenderung berkelompok, para siswa tetap berbaur dengan teman lainnya yang bukan termasuk kelompoknya.”

Guru BK 5 mengatakan

“..... bahwa siswa dan siswi di MTs Negeri 2 Medan cukup pemilih dalam berteman. Terkadang mereka dituntut sama orang tua mereka untuk menjadi baik dan berhasil di berbagai bidang, dengan konsep diri ‘jika ingin memiliki teman yang banyak maka kamu harus berhasil terlebih dahulu’ inilah konsep diri yang ditanam oleh beberapa orang tua yang pernah saya jumpai beberapa kali saat pertemuan orang tua. Sehingga si anak merasa tidak bebas untuk bergaul dengan teman sebayanya dan merasa minder atau kurang percaya diri dikarenakan dirinya lebih rendah dibandingkan dengan orang lain.”

Dari wawancara di atas yang telah dilakukan peneliti pada 5 guru BK di MTs Negeri 2 Medan, dapat ditarik kesimpulan bahwasannya dukungan teman sebaya sangat berpengaruh kepada individu. Ketika individu merasa kesulitan baik dalam memahami masalah pribadinya maupun memahami materi pelajaran ketika di sekolah mereka akan bertanya ataupun berdiskusi kepada teman di kelasnya. Menurut temuan penelitian yang dilakukan oleh Bokhorst, Sumter, dan Westernberg (dikutip dalam Ristianti, halaman 15), ditemukan bahwa remaja mendapat dukungan yang lebih besar ($M=3,58$) dari teman sebayanya daripada

dari orang tuanya (M=3, 56). Hal ini disebabkan oleh fakta bahwa remaja menghabiskan lebih banyak waktu dengan teman sebayanya.

Menurut Wills (dikutip dalam Sarafino, 2011, h.85), beberapa bentuk dukungan sosial diperlukan untuk menjalankan berbagai fungsi sosial. Misalnya, individu dapat memperoleh dukungan dalam bentuk sumber yang dapat digunakan untuk memperoleh saran dan ide, seperti orang tua, teman, atau rekan kerja. Individu bisa mendapatkan kekuatan dari memiliki hubungan intim dengan orang-orang dalam kehidupan mereka, seperti pasangan hidup, teman, dan anggota keluarga lainnya. Hal ini diperlukan bagi individu untuk memiliki jalan yang berbeda melalui mana mereka dapat memperoleh dukungan sosial agar fungsi dukungan sosial berjalan dengan baik. Sumber dukungan sosial adalah individu yang berkontribusi terhadap kesejahteraan sosial orang lain.

Teman sebaya dapat memberikan kesempatan kepada siswa untuk memperoleh peran dan tanggung jawab baru melalui pemberian dorongan, seperti yang dijelaskan Tarakanita (dalam Ristianti, 2008, halaman 15). Selain berfungsi sebagai sumber referensi bagi siswa tentang berbagai topik, teman sebaya juga dapat memberikan kesempatan bagi siswa untuk memperoleh peran dan tanggung jawab baru (dukungan sosial). Alasan dari keadaan ini dikemukakan oleh Purnama (dalam Ristianti, 2008, halaman 14), yang menyatakan bahwa saat ini siswa akan mengalami banyak jenis tantangan yang tidak dapat mereka atasi sendiri tanpa arahan dan bantuan dari orang-orang terdekatnya, terutama dari teman sekelas.

Menurut Johnson, yang dikutip dalam Ristianti (2008, halaman 15), teman sebaya memiliki nilai psikologis yang signifikan bagi siswa karena selain

berfungsi sebagai tempat untuk percakapan, teman sekelas juga dapat menjadi sumber dukungan emosional dan sosial yang penting bagi siswa. Hal ini sesuai dengan interpretasi Erikson (dalam Ristianti, 2008, halaman 15), yang menyatakan bahwa teman sebaya dapat menjadi elemen penting dari *psychological well being* siswa jika mereka memberikan dukungan sosial dan ruang bagi siswa untuk melakukan semua cobaan. Oleh karena itu, anak-anak dapat mencoba berteman dengan teman-teman yang sudah mereka miliki di sekolah satu sama lain.

Menurut Sarafino (2011, halaman 83), sensasi kegembiraan, penghargaan atas kepedulian, dan bantuan yang dialami siswa dari orang lain, baik satu orang atau kelompok yang lebih besar, disebut sebagai dukungan sosial teman sebaya. Dukungan sosial teman sebaya dapat berasal dari satu orang atau dari sekelompok orang. Hal ini menunjukkan bahwa sejauh mana siswa menerima dukungan sosial menentukan apakah lingkungan di mana mereka terbenam dapat dianggap sebagai sumber dukungan sosial bagi siswa.

Sehingga dapat disimpulkan bahwasannya dukungan sosial teman sebaya merupakan kesenangan yang dirasakan, penghargaan dari kepedulian, dan bantuan yang didapatkan oleh siswa yang berasal dari teman sebaya untuk melakukan segala uji coba dari berbagai hal, mendorong siswa untuk mengambil tugas dan tanggung jawab baru dengan menawarkan apa yang dapat dianggap sebagai dukungan sosial dalam bentuk penguatan positif, dan juga memastikan bahwa siswa memiliki kesempatan untuk melakukannya.

Ada kemungkinan untuk mendapatkan kesimpulan bahwa menerima dukungan sosial dari teman sebaya menghasilkan sensasi yang menyenangkan

jika mempertimbangkan sudut pandang ahli yang ditunjukkan di atas, penghargaan dari kepedulian, dan bantuan yang didapatkan oleh siswa yang berasal dari teman sebaya untuk melakukan segala uji coba dari berbagai hal. Selain itu, siswa diberi kesempatan untuk mengemban tugas dan tanggung jawab baru, yang dimungkinkan melalui pemberian dorongan serta apa yang kadang-kadang disebut sebagai dukungan sosial.

Jika dukungan sosial teman sebaya dapat diartikan seperti bantuan, nasehat, kasih sayang, penghargaan, kepercayaan yang diberikan kepada siswa, maka siswa akan memperoleh *psychological well-being* yang lebih baik. Sehingga, siswa mampu mengatasi kendala dan permasalahan yang muncul saat menjalani pembelajaran selama di sekolah dan dapat menumbuhkan *psychological-well being* yang ideal.

Berdasarkan uraian di atas dari fenomena dan teori serta beberapa hasil penelitian terdahulu perlu dilakukan penelitian dengan judul hubungan dukungan sosial teman sebaya dengan *psychological well being* pada siswa MTs Negeri 2 Medan.

1.2 Identifikasi Masalah

Identifikasi masalah ialah masalah yang memiliki kemungkinan terbesar yang dapat tampak dan bisa diangkat sebagai masalah dalam penelitian. Dalam konteks itu, identifikasi kesulitan dalam penelitian ini dapat dipecah menjadi beberapa kategori yang terdiri dari beberapa aspek yang berbeda, yaitu:

1. Ditemukan siswa lebih terbuka kepada teman sebaya.
2. Masih ada siswa yang mempermasalahkan relasi pertemanan.

3. Ditemukan peran dukungan sosial teman sebaya dalam menyejahterakan psikologi siswa.

1.3 Batasan Masalah

Permasalahan yang akan dibahas dibatasi pada hubungan dukungan sosial teman sebaya dengan *psychological well being* pada siswa MTs Negeri 2 Medan. Agar penelitian ini dapat terfokus dan tidak meluas karena keterbatasan tersebut, maka perlu adanya pembatasan masalah dalam penelitian ini.

1.4 Rumusan Masalah

Sesuai dengan pembatasan masalah yang ada di atas, maka rumusan masalah yang akan diteliti yaitu “Apakah ada hubungan dukungan sosial teman sebaya dengan *psychological well-being* pada siswa di MTs Negeri 2 Medan?”.

1.5 Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini, yang didasarkan pada rumusan masalah yang telah diberikan sebelumnya, adalah untuk mengetahui dan menganalisis hubungan dukungan sosial teman *psychological well being* pada siswa di MTs Negeri 2 Medan.

1.6 Manfaat Penelitian

Adapun manfaat dari penelitian ini diharapkan akan berguna bagi beberapa pihak, baik secara teoritis maupun praktis, yaitu:

1.6.1 Manfaat Teoritis

1. Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat mengembangkan ilmu pengetahuan di bidang psikologi pendidikan khususnya dalam bidang ilmu psikologi pendidikan dan perkembangan.

2. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan referensi dan informasi serta menjadi khazanah keilmuan psikologi pendidikan dan perkembangan khususnya berkaitan dengan dukungan sosial teman sebaya dan *psychological well being* pada siswa di MTs Negeri 2 Medan.

1.6.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Guru

Merupakan bahan informasi yang dapat digunakan untuk lebih meningkatkan dalam mendidik, memperhatikan, dan membimbing siswa dengan memberikan dukungan sosial yang baik sehingga siswa dapat memiliki *psychological well being* yang baik untuk tujuan menjalani kehidupan yang lebih baik di masa depan dan diharapkan membantu siswa membuat program layanan bimbingan dan konseling.

2. Bagi Guru BK

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber referensi bagi guru bimbingan dan konseling di MTs Negeri 2 Medan dalam mengembangkan program layanan bimbingan dan konseling dengan tujuan untuk mencegah masalah yang dialami siswa, mencegah penambahan masalah yang sudah ada, dan mengatasi masalah yang memang terjadi.

3. Bagi Orang Tua

Penelitian ini juga diharapkan dapat memberikan informasi serta lebih meningkatkan perhatian orang tua dalam mendidik anak ketika berada di lingkungan rumah yaitu dengan memberikan dukungan sosial yang positif kepada anak, sehingga anak dapat berinteraksi dan mendapatkan

psychological well being yang baik ketika berada di lingkungan sekolah maupun di lingkungan rumah dan masyarakat.

4. Bagi Siswa

Pembinaan siswa di MTs Negeri 2 Medan agar dapat memperoleh pemahaman tentang bagaimana memberikan dukungan sosial yang positif dan baik kepada orang lain, siswa juga dapat mengetahui kelebihan dan kekurangan diri sendiri, memiliki motivasi untuk melakukan hal-hal yang positif, melahirkan perilaku yang positif, dan berada dalam posisi untuk menyelaraskan harapan dengan *psychological well being* mereka.

5. Bagi Peneliti Selanjutnya

Temuan penelitian ini dapat menjadi titik referensi dan area perbandingan bagi peneliti selanjutnya yang menyelidiki masalah yang sama di masa depan.