

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Saat ini isu kesejahteraan semakin menjadi perhatian masyarakat. Namun, tidak sedikit masyarakat yang mengasosiasikan sehat mental dengan tidak adanya penyakit atau gangguan. Pandangan yang dilihat dari segi negatif membuat masyarakat mengesampingkan kondisi yang seharusnya dimiliki individu. Kondisi tersebut adalah kesejahteraan atau *well-being*.

World Health Organization (2014) mengungkapkan bahwa kondisi kesejahteraan atau *well-being* adalah kondisi individu mengenali kemampuannya, mampu mengatasi masalah atau tantangan hidup, bekerja secara produktif, dan memiliki hubungan yang baik dengan orang lain. Ketika individu memiliki kondisi-kondisi tersebut, individu tersebut dapat dikatakan sehat mental. Hal ini menunjukkan bahwa kesejahteraan di lihat secara positif dan dapat diidentifikasi melalui kesejahteraan individu itu sendiri. Beberapa penelitian mengungkapkan bahwa rendahnya tingkat kesejahteraan dapat berindikasi adanya masalah emosional dan psikologis (Bizarro, 2006). Peneliti-peneliti dan berbagai organisasi melihat permasalahan ini dan mencoba mengidentifikasi lebih dalam tentang kesejahteraan. Mereka juga berusaha mempromosikan pentingnya kesejahteraan dengan cara mengidentifikasi dan memahami kesejahteraan (Coram Voice, 2015).

Kesejahteraan tidak hanya dapat dilihat saat dewasa, melainkan dapat mulai terbentuk sebelum masa dewasa. Pasalnya kesejahteraan remaja kerap kali

terabaikan, orangtua atau masyarakat sekitar lebih mementingkan prestasi akademik. Padahal kesejahteraan remaja bukan hanya sekedar dilihat dari tidak adanya penyakit. Begitu juga yang diungkap oleh Huebner and Gilman (dalam Kurniastuti & Azwar, 2014) yang mengatakan bahwa anak-anak cenderung lebih mudah mengalami masalah perilaku di masa depan ketika mereka tidak puas atau bahagia dengan kehidupan mereka. Anak-anak selalu menghadapi berbagai macam tantangan yang dapat mempengaruhi kesejahteraan mereka, seperti meningkatnya ekspektasi orang di sekitarnya, meningkatnya tekanan di rumah dan sekolah, ataupun perubahan-perubahan yang terjadi seiring dengan pertumbuhan mereka.

Dampak negatif dari perubahan-perubahan yang tidak tertangani dengan baik tersebut adalah terjadinya penyimpangan-penyimpangan perilaku yang ditunjukkan para remaja. Beberapa saat yang lalu puluhan remaja di Surabaya ditangkap karena melakukan beberapa tindak kenakalan remaja, seperti tawuran, miras, balap liar, serta kedapatan bolos sekolah (Irani, 2019). Surabaya dengan karakteristik kota industri yang semakin pesat pertumbuhannya membuat perkembangan masyarakatnya semakin pesat pula, tidak terlepas perkembangan remaja. Para remaja akan semakin ingin menemukan identitas diri mereka masing-masing, meningkatkan kepercayaan diri, namun ketika langkah awal yang diambil salah, maka kesejahteraan psikologis mereka pun terganggu.

Menurut Eccles (1999), anak yang dalam masa remaja awal mengalami perubahan biologis, seperti pubertas, perpindahan dari sekolah dasar menuju sekolah menengah, begitu juga perubahan psikologis. Remaja pada usia ini dapat kehilangan kepercayaan diri jika impian atau harapan yang dimiliki tidak sesuai

dengan kenyataan. Terutama ketika mereka memiliki kebutuhan untuk menjadi lebih mandiri namun orang tua masih belum dapat memberi kepercayaan yang penuh, sehingga mereka dapat dengan mudahnya memunculkan pola perilaku yang negatif sebagai bentuk ekspresi atau kompensasi mereka. Berbagai perubahan ini mampu memberi efek yang positif ataupun negatif terhadap kesejahteraan remaja (Eccles, 1999). Semakin banyak pula para remaja yang sudah memiliki perilaku menyimpang (Purnomowardani & Koentjoro, 2002). Hal ini menunjukkan betapa pentingnya untuk menjaga kesejahteraan remaja.

Zaff, et al., (2003) menyarankan agar kesejahteraan dipahami secara keseluruhan, serta kondisi yang tidak bisa dipisahkan satu sama lain. Ada tiga aspek utama dalam *well-being*, yaitu *physical*, *socio-emotional*, dan *cognitive* (Zaff, et al., 2003). Begitu juga dengan Karyani et al. (2015) yang mengidentifikasi adanya enam domain dalam kesejahteraan. Keenam domain tersebut adalah fisik, kognitif, emosi, pribadi, sosial, dan spiritual. Aryono (2018) telah mengembangkan instrumen untuk mengukur kesejahteraan secara holistik dengan 5 dimensi utama yaitu fisik, kognitif, sosioemosional, pertumbuhan pribadi, dan spiritual. Lima dimensi utama ini terbagi lagi menjadi 12 faktor yaitu *health activity*, *safety and security*, *communication*, *problem solving*, *learning engagement*, *positive emotion*, *positive relationship*, *self-esteem*, *autonomy*, *sense of transcendence*, *sense of awareness*, dan *altruism* (Aryono, 2018).

Oleh karena itu, berdasarkan pemaparan di atas maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran kesejahteraan pada remaja awal di Surabaya.

B. Rumusan Masalah

Adapun rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: “Bagaimana gambaran kesejahteraan pada remaja awal di Surabaya?”

C. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran kesejahteraan pada remaja awal di Surabaya.

D. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat yang diharapkan dari hasil penelitian ini adalah:

- a. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan atau sumbangan yang bermanfaat bagi perkembangan ilmu psikologi khususnya psikologi positif.
- b. Hasil penelitian ini juga diharapkan dapat membantu para remaja untuk lebih mengetahui tingkat kesejahteraan mereka.