

## BAB II

### KERANGKA TEORITIS DAN KERANGKA BERPIKIR

#### A. Kesejahteraan Psikologis

##### 1. Pengertian Kesejahteraan Psikologis

Kesejahteraan psikologis merupakan istilah yang menggunakan dua perspektif dalam pendefinisianannya, yaitu perspektif *positive psychological functioning* dan perspektif *life-span development* (Ryff, 1989). Dari perspektif *positive psychological functioning*, yang digunakan adalah konsep Maslow mengenai aktualisasi diri, pandangan Roger mengenai individu yang berfungsi secara penuh, formulasi individuasi oleh Jung, dan konsep kematangan menurut Allport. Contohnya, dalam memperoleh kesejahteraan psikologis individu mengembangkan potensi secara penuh sehingga mendapatkan aktualisasi diri. Perspektif kedua, yaitu perspektif *life-span development*, menyatakan bahwa tantangan yang dihadapi pada tiap fase siklus hidup yang berbeda akan berbeda pula. Contoh dari perspektif ini bahwa setiap fase perkembangan pada individu memiliki kesejahteraan psikologis yang berbeda, semakin tinggi fase perkembangan yang dimiliki maka semakin tinggi kesejahteraan psikologisnya.

Berdasarkan kedua perspektif tersebut, yang digunakan adalah perspektif *life-span development* oleh Ryff. Perspektif tersebut serupa dengan model tahap psikososial oleh Erikson, kecenderungan dasar hidup yang merujuk pada pencapaian kehidupan oleh Buhler, dan teori mengenai perubahan kepribadian pada usia dari fase anak-anak, remaja, dewasa, dan lanjut usia.

Corsini (2002), mendefinisikan kesejahteraan sebagai suatu keadaan subyektif yang baik, termasuk kebahagiaan, *self-esteem*, dan kepuasan dalam hidup. Sedangkan menurut Ryff (1995), kesejahteraan psikologis adalah keadaan individu yang dapat menerima kekuatan dan kelemahan diri sebagaimana adanya, memiliki hubungan positif dengan orang lain, mampu mengarahkan perilakunya sendiri, mampu mengembangkan potensi diri secara berkelanjutan, mampu menguasai lingkungan, serta memiliki tujuan dalam hidupnya.

Ryff (2008), menyebutkan terdapat enam dimensi kesejahteraan psikologis; penerimaan diri (*self-acceptance*), hubungan positif dengan orang lain (*positive relation with order*), otonomi (*autonomy*), penguasaan lingkungan (*envrionmental mastery*), tujuan hidup (*purpose in life*), dan perkembangan diri (*personal growth*). Umumnya, kesejahteraan psikologis berhubungan dengan hubungan personal, interaksi sosial, dan kepuasan hidup (Hoyer & Roodin, 2003)

Dari beberapa definisi, maka dapat disimpulkan bahwa kesejahteraan psikologis adalah kondisi individu yang ditandai dengan adanya perasaan bahagia, mempunyai kepuasan hidup dan tidak ada gejala-gejala depresi. Kondisi tersebut dipengaruhi adanya fungsi psikologis yang positif seperti penerimaan diri, relasi sosial yang positif, mempunyai tujuan hidup, perkembangan pribadi, penguasaan lingkungan dan otonomi.

## **2. Dimensi Kesejahteraan Psikologis**

Ryff dan Singer (2008) mengemukakan enam dimensi dari *psychological well-being*, yaitu:

### **a. Penerimaan diri (*self-acceptance*)**

Penerimaan diri merupakan salah satu karakter dari individu yang mengakualisasikan dirinya sehingga mereka dapat menerima dirinya apa adanya, memberikan penilaian yang tinggi pada individualitas dan keunikan diri sendiri. Dalam mendefinisikan dimensi ini, Ryff (1989) menggunakan beberapa pemikiran dari tokoh-tokoh terdahulu seperti Rogers, Allport, Erikson, dan Maslow. Menurut Rogers (dalam Feist & Feist, 2009), karakteristik dari kematangan. Individu ini akan memiliki keamanan emosional, mereka tidak terpuruk dengan hal yang tidak berjalan sesuai

dengan harapan, mereka menyadari bahwa frustrasi dan ketidaknyamanan merupakan bagian dari kehidupan. Erikson (dalam Ryff, 1989) berpendapat bahwa hal ini juga melibatkan penerimaan akan masa lalu, dengan keberhasilan dan kegagalan yang dialami individu. Begitu pula dengan Maslow, ia berpendapat bahwa penerimaan diri merupakan salah satu syarat aktualisasi diri.

Dari penjabaran tersebut, menurut Ryff (1995) kriteria seseorang yang memiliki skor dimensi penerimaan diri yang tinggi dideskripsikan sebagai individu yang memiliki sikap positif terhadap diri sendiri, mengetahui dan menerima berbagai aspek diri (baik kualitas baik maupun kualitas buruk) merasa positif akan kehidupan masa lalu.

b. Hubungan positif dengan orang lain (*positive relations with others*)

Dimensi penting lain dari *psychological well-being* adalah kemampuan individu untuk membina hubungan yang hangat dengan orang lain. Allport (dalam Ryff, 1989) memasukkan hubungan yang hangat dengan orang lain sebagai kriteria dari kematangan, yaitu kemampuan untuk memiliki keintiman yang luas dalam cinta, baik dengan anggota keluarga atau teman, dan

menunjukkan kasih sayang, penghormatan, dan harapan yang dimiliki orang lain, serta tidak mengeksploitasi orang lain untuk keuntungan pribadinya. Erikson juga memasukkan kemampuan menjalin hubungan yang intim dengan orang lain (*intimacy*) sebagai salah satu tugas perkembangan, terutama pada tahap dewasa muda. Kemampuan untuk menjalin hubungan yang positif dengan orang lain ini ditekankan berulang kali dalam teori *positive functioning*, maka Ryff menetapkan hal ini sebagai salah satu dimensi *psychological well-being*.

c. Otonomi (*autonomy*)

Dimensi otonomi menyangkut kemampuan untuk menentukan nasib sendiri (*self-determination*), bebas dan memiliki kemampuan untuk mengatur perilaku sendiri. Menurut Maslow (dalam Feist & Feist, 2009), otonomi merupakan salah satu syarat aktualisasi diri, dengan demikian individu bergantung pada diri sendiri untuk perkembangan dirinya. Otonomi tidak berarti antisosial atau tidak konform, melainkan mengikuti standar tingkah laku pribadi dan tidak begitu saja mengikuti aturan diri orang lain.

Rogers (Ryff, 1989) pun berpendapat bahwa individu yang berfungsi secara penuh akan memiliki lokus evaluasi internal.

Dengan demikian, individu akan mengevaluasi dirinya berdasarkan standar pribadi, bukan standar yang dianut orang-orang lain. Selain Maslow dan Rogers, pentingnya regulasi tingkah laku dari dalam diri juga ditekankan oleh Jahoda (Ryff, 1989). Berbeda dengan tokoh-tokoh sebelumnya, Jung lebih menekankan konsep otonomi pada pembebasan diri dari konvensi/adat, yang berarti individu tidak lagi terikat dengan ketakutan bersama, kepercayaan, dan hukum yang dianut orang banyak.

Dari penjelasan tersebut Ryff (1995) memformulasikan karakteristik individu yang memiliki otonomi adalah memiliki kepastian diri dan mandiri, dapat bertahan dari tekanan sosial untuk berpikir dan bertindak laku dengan cara tertentu, meregulasi tingkah laku dari dalam diri sendiri, serta mengevaluasi diri sendiri, serta mengevaluasi diri berdasarkan standar pribadi.

d. Penguasaan lingkungan (*enviromental mastery*)

Penguasaan lingkungan merupakan kemampuan individu untuk memilih, menciptakan dan mengelola lingkungan agar sesuai dengan kondisi psikologisnya dalam rangka mengembangkan diri. Menurut Allport (dalam Ryff, 1989) mendeskripsikan individu yang matang sebagai seseorang yang membangun ketertarikan yang

kuat di luar diri dan berpartisipasi dalam aktivitas manusia. Individu ini memiliki persepsi yang realistis terhadap lingkungan di sekitarnya, mereka tidak hidup di dunia khayalan dan tidak membelokkan realita untuk menyesuaikannya dengan harapan mereka (dalam Feist & Feist, 2009).

Dalam pembahasan penguasaan lingkungan, Buhler (Ryff, 1989) juga menyatakan bahwa manusia memiliki kecenderungan untuk mengubah dunia disekelilingnya melalui aktivitas fisik ataupun mental. Birren dan Renner juga mengemukakan bahwa seseorang yang sehat secara mental akan mengambil kesempatan-kesempatan yang muncul di lingkungan sekitarnya. Kesimpulannya, perspektif ini menyatakan bahwa partisipasi aktif dan penguasaan lingkungan merupakan hal yang penting bagi seorang individu untuk dapat berfungsi secara maksimal.

Berdasarkan penjabaran tersebut, kriteria yang ditetapkan untuk dimensi penguasaan lingkungan adalah memiliki rasa penguasaan lingkungan dan kompetensi dalam mengatur lingkungan, mengontrol kelompok aktivitas eksternal yang kompleks, menggunakan kesempatan di sekitar dengan efektif, dapat memilih atau menciptakan konteks yang sesuai dengan kebutuhan dan nilai pribadi (Ryff, 1995).

e. Tujuan dalam hidup (*purpose in life*)

Adanya tujuan hidup yang jelas merupakan bagian penting dari karakteristik individu yang memiliki kesejateraan psikologis. Teori-teori perkembangan *life-span* menjelaskan proses perkembangan sesuai dengan tujuan seseorang dalam kehidupannya. Terdapat berbagai teori dari beberapa tokoh mengenai tujuan individu dalam kehidupan. Buhler menyatakan tujuan individu pada usia madya adalah mengubah dunia dengan kreatif. Erikson berpendapat pencarian integrasi emosional merupakan tujuan individu. Di sisi lain, Rogers berpendapat bahwa tujuan individu yang berfungsi secara penuh adalah peningkatan kehidupan eksistensial, yaitu menghayati kehidupan pada setiap memennya. Individu yang berfungsi secara penuh memiliki tujuan yang positif, kuat, *sense of directedness*, yang seluruhnya berkontribusi pada *sense of meaningfulness* dan integrasi mengenai berbagai bagian pada kehidupannya.

Dari penjabaran tersebut, individu yang memiliki tujuan hidup menurut Ryff (1995) akan memiliki tujuan dalam hidup dan rasa kebertujuan, merasa bahwa terdapat makna dari kehidupan saat ini dan masa lalu, berpegang pada kepercayaan yang memberikan tujuan hidup memiliki keinginan dan tujuan untuk kehidupan.

f. Perkembangan pribadi (*personal growth*)

Dimensi ini berkaitan dengan cara individu memandang dirinya dan harkat manusia untuk selalu tumbuh dan berkembang. Syarat perkembangan yang optimal tidak hanya pencapaian dimensi-dimensi yang telah dijabarkan sebelumnya, tetapi juga pengembangan berkelanjutan dari potensi seseorang, untuk terus bertumbuh dan berkembang sebagai seorang manusia (Ryff, 1989). Ryff juga berpendapat bahwa keadaan dunia yang selalu berubah membutuhkan perkembangan diri yang berkelanjutan pula. Keinginan untuk menjadi sebuah proses ini juga dinyatakan oleh Rogers sebagai karakteristik penting untuk dapat berfungsi secara penuh. Seseorang yang berfungsi secara penuh akan berkembang secara berkelanjutan, dan menjalani proses, bukan mencapai keadaan konstan dimana seluruh masalah telah terselesaikan. Begitu pula menurut Maslow, usaha untuk aktualisasi diri yang mewujudkan ideal perkembangan tertinggi bagi individu merupakan sebuah proses yang berkelanjutan.

Buhler juga mengemukakan mengenai perkembangan berkelanjutan individu, yaitu proses adaptasi individu atas keterbatasan dirinya menjadi perkembangan kreatif untuk meningkatkan ketentraman dalam diri. Oleh karena itu, kualitas

perkembangan diri yang berkelanjutan dinyatakan sebagai dimensi kesejahteraan psikologis dalam model yang terintegrasi.

Dari penjelasan sebelumnya, menurut Ryff (1995) individu yang optimal pada dimensi perkembangan diri ini didefinisikan dengan kriteria berupa memiliki perkembangan yang berkelanjutan, melihat diri sebagai individu yang bertumbuh dan berkembang, memiliki rasa akan menyadari potensi dirinya, melihat perkembangan dalam diri dan perilaku sepanjang waktu; serta berubah alam cara-cara yang merefleksikan pengetahuan diri dengan keefektifan yang lebih baik.

### **3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kesejahteraan Psikologis**

Menurut Keyes, Shmotkin, dan Ryff (2002), faktor-faktor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis adalah usia, jenis kelamin, perbedaan status sosial, pendidikan dan pekerjaan, dukungan sosial, kesehatan fisik, dan kepribadian. Usia, menjelaskan posisi individu dalam struktur sosial. Ryff (1989) mengadakan penelitian untuk melihat perbandingan kondisi kesejahteraan psikologis pada responden usia muda (18 - 29 tahun), paruh baya (30 - 64 tahun), dan usia tua (65 tahun ke atas). Hasil dari penelitian tersebut menunjukkan bahwa pada skor dimensi *enviromental mastery, autonomy, purpose in*

*life*, dan *personal growth* lebih tinggi pada usia dewasa madya dibandingkan dewasa muda.

Faktor yang kedua, penelitian yang dilakukan oleh Ryff (1995) menunjukkan bahwa terdapat perbedaan jenis kelamin yang signifikan dalam hal hubungan positif dengan orang lain (*positive relation with other*) dan pertumbuhan diri (*personal growth*), dimana wanita skor yang lebih tinggi dari laki-laki.

Selanjutnya faktor perbedaan status sosial, beberapa penelitian telah membuktikan bahwa semakin seseorang mementingkan tujuan yang berhubungan dengan materi dan finansial, semakin rendah tingkat kesejahteraan orang tersebut. (Ryan dan Deci, 2001) telah meneliti dampak kemiskinan terhadap kesejahteraan psikologis, dimana hasil dari penelitian tersebut menunjukkan bahwa status sosial ekonomi berhubungan dengan dimensi penerimaan diri, tujuan hidup, penguasaan lingkungan, dan pertumbuhan pribadi.

Pada faktor yang ke empat, Ryff dan Singer (2008) melalui hasil penelitian longitudinal di Wisconsin menemukan bahwa kesejahteraan psikologis lebih tinggi pada individu dengan pendidikan yang lebih tinggi.

Selanjutnya, beberapa penelitian menunjukkan ada hubungan dua arah antara dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis pada individu usia lanjut, yaitu penurunan tingkat dukungan sosial menyebabkan meningkatnya tekanan psikologis, dan meningkatnya tekanan psikologis menyebabkan menurunnya dukungan sosial (Matt dan Dean, 1993).

Dalam hal kesehatan fisik, tingkat kesejahteraan individu yang lebih rendah berhubungan dengan kesehatan yang buruk atau ketidakmampuan untuk memperbaiki kondisinya (Ryff dan Singer, 1998).

Kepribadian merupakan faktor selanjutnya yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis seseorang. Ryff dan koleganya telah meneliti hubungan antara *The Big Five Personality Mccrae* dan Costa dengan dimensi kesejahteraan psikologis (Ryan & Deci, 2001).

#### **4. Pengukuran Kesejahteraan Psikologis**

Kesejahteraan psikologis diukur dengan menggunakan *Scale of Psychology Well-being* (SPWB) yang disusun oleh Ryff (1989) yang terdiri dari enam dimensi kesejahteraan psikologis secara lengkap dan sesuai dengan konsep kesejahteraan psikologis miliknya yang merupakan sebuah integrasi dari kesehatan mental, klinis, dan teori

perkembangan rentang kehidupan, dan kemudian dikemas menjadi enam dimensi kesejahteraan psikologis. Pengukuran kesejahteraan psikologis ini menggunakan skala lapor diri (*self-report scale*) yaitu responden diminta untuk memberikan penilaian pada masing-masing item dengan skala nilai 1 (sangat tidak setuju) hingga 6 (sangat setuju).

## **B. Remaja Laki-laki**

Remaja di definisikan sebagai suatu periode perkembangan dari transisi antara masa anak-anak dan dewasa, yang diikuti oleh perubahan biologis, kognitif, dan sosioemosional Santrock (2007). Sedangkan menurut Piaget (dalam Hurlock, 1999), mengatakan bahwa secara psikologis masa remaja adalah usia dimana anak tidak merasa di bawah tingkat orang-orang yang lebih tua, melainkan berada di dalam tingkatan yang sama, sekurang-kurangnya dalam masalah hak.

Dalam perkembangan individu, orang tua memberikan model yang pertama dalam perilaku gender. Namun tidak lama kemudian, kawan sebaya juga berespons dan memberikan model perilaku maskulin dan feminin. Di mana anak-anak laki saling mengajarkan perilaku-perilaku maskulin terhadap satu sama lain dan kemudian memperkuatnya.

Menurut Maccoby (2002) remaja laki-laki cenderung lebih banyak berinteraksi dengan kelompok yang lebih besar yang memiliki struktur hierarkis, dan kelompok mereka biasanya memiliki seorang pemimpin yang mengatakan apa yang harus dilakukan dan bagaimana caranya. Remaja laki-laki cenderung lebih berpartisipasi dalam permainan dan olahraga yang terorganisasi. laki-laki cenderung lebih terlibat dalam kompetisi, konflik, memperlihatkan egonya, mengambil risiko, dan menginginkan dominasi. Permainan laki-laki memiliki pemenang dan orang yang kalah sering kali menjadi subjek argumentasi. Laki-laki sering kali meningkatkan keterampilan mereka dan berpendapat mengenai siapa yang terbaik dan dalam hal apa.

Pollack (1999) berpendapat bahwa remaja laki-laki sangat sedikit memperlihatkan emosi seiring dengan pertumbuhannya. Remaja laki-laki terlalu sering kali dididik untuk tidak memperlihatkan perasaan-perasaan dan bertindak tangguh. Remaja laki-laki cenderung enggan menceritakan masalahnya secara terbuka karena hal itu dianggap tidak maskulin. Remaja laki-laki akan membuat dirinya dijuluki “pengecut” apabila mereka tidak mampu menangani masalah serta perasaan tidak aman yang dirasakannya. Pollack maupun banyak orang berpendapat bahwa laki-laki dapat memperoleh keuntungan apabila mereka diajarkan untuk mengekspresikan kecemasan-kecemasan dan kekuatiran-

kekuatiran yang dirasakan maupun untuk meregulasikan agresinya, dibandingkan apabila mereka memendamnya.

Remaja laki-laki telah belajar mengenai aturan laki-laki di berbagai konteks, lapangan bermain, ruang kelas, perkampungan, tempat berkumpul. Lingkungan sekolah mempunyai peranan dalam perkembangan individu, terdapat kekuatiran bahwa kawan sebaya remaja laki-laki mempengaruhi perilaku yang nakal di sekolah (Koch, 2003). Perilaku nakal yang terjadi oleh remaja laki-laki di sekolah adalah : Remaja laki-laki kurang mematuhi aturan dan tidak disiplin, banyak memiliki masalah dalam belajar, banyak memperoleh kritik, dan kurangnya prestasi dalam bidang akademis yang berakibat pada ranking rendah dan tinggal kelas.

Permasalahan kekerasan pada remaja laki-laki sering terlibat dalam perilaku antisosial dibandingkan remaja perempuan, meskipun anak perempuan lebih sering melarikan diri dari rumah, remaja laki-laki lebih sering terlibat dalam perilaku kekerasan. Menurut Santrock (2007) Remaja laki-laki yang nakal sering kali berasal dari keluarga di mana orang tua jarang mengawasi anaknya, kurang memberikan dukungan, dan menerapkan disiplin yang tidak efektif. Faktor status sosio-ekonomi yang rendah dapat mengakibatkan perilaku remaja laki-laki menjadi nakal

Memiliki kawan-kawan yang nakal dapat meningkatkan individu menjadi nakal.

Masa remaja merupakan masa pubertas. Pubertas yang dialami oleh anak laki-laki ditandai dengan telah mengalami mimpi basah, tumbuhnya jakun, tumbuhnya bulu-bulu halus, dan sebagainya. Menurut Santrock (2007) pubertas memperkuat aspek-aspek seksual dari sikap dan perilaku maskulin remaja laki-laki. Mereka akan menampilkan perilaku yang asertif, sombong, dan kuat, karena mereka beranggapan bahwa perilaku semacam itu dapat meningkatkan seksualitasnya. Para remaja laki-laki saling bersaing dalam menampilkan perilaku maskulin untuk menjalin hubungan dengan remaja perempuan. Namun, terdapat kekuatiran khusus mengenai remaja laki-laki yang mengadopsi peran maskulin secara kuat, karena hal ini berkaitan dengan perilaku bermasalah.

### **C. Penelitian yang Relevan**

Berikut ini akan dikemukakan pendapat dari peneliti sebelumnya yang melakukan penelitian terkait dengan hubungan antara maskulinitas dengan *psychological well-being*, diantaranya adalah :

1. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Carol Graham (2005) tentang "Gender and Well-being around the World" menyatakan

bahwa terdapat perbedaan tingkat kesejahteraan perbedaan gender dimana wanita memiliki tingkat kesejahteraan yang lebih tinggi dibandingkan pria, tingkat kesejahteraan pria dipengaruhi beberapa faktor seperti maskulinitas.

2. Penelitian dari Courtenay (2000) tentang “Contructions of masculinity and their influence on men’s well-being: a theory of gender and health” didapatkan hasil bahwa terdapat hubungan antara konstruksi maskulinitas dan kesehatan, hal ini berarti perilaku pria yang menunjukkan maskulinitasnya dalam praktek-praktek sosialnya mempengaruhi akan kesehatannya yang bertambah. Sebaliknya praktek-praktek sosial yang melemahkan maskulinitas pria ikut pula melemahkan kepercayaan akan kesehatan pada pria.
3. Penelitian Leimkuhler (2007) tentang “Subjective well-being and male depression in adolescents” dengan responden remaja laki-laki berusia 18 tahun sebanyak 1004 orang, penelitian ini didasarkan pada adanya hipotesis yang menyatakan gejala khas depresi pada pria sering bertopeng (menutupi) dan lebih mempertimbangkan untuk menunjukkan kesejahteraan yang dimiliki. Hasil dari penelitian ini umumnya kesejahteraan pada laki-laki agak berkurang (lebih rendah) dari depresi, terbukti 22% dari responden berada pada resiko depresi. Namun hipotesis bahwa remaja laki-laki cenderung menutupi gejala

depresi mereka dengan menunjukkan kesejahteraan yang dimiliki tidak terbukti. Dari hasil penelitian, laki-laki yang memiliki resiko gejala depresi cenderung menampilkan perilaku-perilaku seperti lekas marah dan perilaku lain yang harus diteliti lebih lanjut.

4. Hasil penelitian dari Fransisca Iriani (2006) tentang “Gambaran kesejahteraan psikologis pada dewasa muda ditinjau dari pola *attachemnt*” memiliki hasil bahwa kesejahteraan psikologis pada dewasa muda ditandai oleh penerimaan diri yang baik, bertumbuh sebagai pribadi yang utuh, memiliki arah dan tujuan dalam hidup, mampu membentuk hubungan yang baik dengan orang lain, mampu mengatur kehidupan dan lingkungannya secara efektif, serta mampu untuk menentukan tindakan sendiri dibandingkan dengan pola *attachment* yang lain.
5. Dede Rahmat Hidayat (2011) dalam penelitiannya “Tingkat Kesejahteraan Psikologis Pelajar SMA Negeri di Jakarta Selatan” didapatkan bahwa pelajar SMA Negeri di Jakarta Selatan memiliki tingkat kesejahteraan psikologis dengan kategori cukup baik. Selanjutnya, tingkat kesejahteraan psikologis berdasarkan jenis kelamin menunjukkan bahwa pelajar laki-laki memiliki tingkat kesejahteraan psikologis yang lebih tinggi dibandingkan perempuan.

6. Hasil penelitian Triana Indrawati (2013) tentang kesejahteraan psikologis berdasarkan kecerdasan emosi dan dukungan sosial pada siswa SMP Terbuka, dalam penelitian tersebut mengatakan bahwa remaja sering kali terlibat dalam kenakalan seperti tawuran dan membolos pada saat jam pelajaran sekolah yang disebabkan kurangnya kesejahteraan psikologis dibidang akademik.
7. Penelitian dari Nita Septiani (2013) tentang gambaran *psychological well-being* pada remaja yang tinggal di panti asuhan, hasilnya skor rata-rata skor rata-rata kesejahteraan psikologis pada remaja berada pada kategori sedang. Dimana, remaja laki-laki memiliki kesejahteraan psikologis yang lebih tinggi dibandingkan perempuan. Sedangkan responden yang duduk dibangku SMA lebih tinggi dibandingkan dengan responden yang duduk dibangku SMP. Pada penelitian ini, dimensi perkembangan pribadi memiliki skor rata-rata tertinggi diikuti dimensi tujuan dalam hidup. Sedangkan dimensi dengan skor terendah adalah dimensi hubungan yang positif dengan orang lain.
8. Penelitian Muhammad Ridha (2012) tentang hubungan antara body image dengan penerimaan diri pada mahasiswa, hasilnya penerimaan diri pada remaja laki-laki lebih tinggi dibandingkan penerimaan diri pada perempuan. Hal ini dipengaruhi oleh citra tubuh laki-laki yang digambarkan maskulin memiliki penerimaan diri yang lebih tinggi.

9. Selanjutnya penelitian dari Lina Ria Erfiana (2012) tentang hubungan antara kebermaknaan hidup dengan kemandirian pada remaja. Hasil penelitian ini menunjukkan mayoritas remaja laki-laki memiliki kemandirian pada kategori sedang dan memiliki kebermaknaan hidup pada kategori sedang. Sehingga terdapat hubungan positif antara kebermaknaan hidup dengan kemandirian pada remaja, atau semakin tinggi kebermaknaan hidup maka semakin tinggi kemandirian pada remaja.

#### **D. Kerangka Berpikir**

Kesejahteraan psikologis dipandang sebagai kondisi individu dengan adanya perasaan bahagia, mempunyai kepuasan hidup dan tidak ada gejala-gejala depresi. Kondisi tersebut dipengaruhi adanya fungsi psikologis yang positif seperti penerimaan diri, relasi sosial yang positif, mempunyai tujuan hidup, perkembangan pribadi, penguasaan lingkungan dan otonomi. Kesejahteraan psikologis dipengaruhi berbagai faktor salah satunya, perbedaan *gender* dan usia.

Perbedaan *gender* dan usia mempengaruhi tingginya tingkat kesejahteraan psikologis pada seseorang. Hal ini dapat dilihat dari hasil beberapa penelitian yang menyebutkan bahwa kesejahteraan psikologis pada usia lebih tua lebih tinggi dibandingkan kesejahteraan psikologis

pada usia lebih muda. Selanjutnya, hasil penelitian menunjukkan bahwa kesejahteraan psikologis perempuan lebih tinggi dari pada kesejahteraan laki-laki. Dari hasil penelitian yang ada terlihat bahwa masa remaja cenderung memiliki kesejahteraan psikologis yang lebih rendah dari masa dewasa dan laki-laki memiliki kesejahteraan psikologis yang lebih rendah dari kesejahteraan psikologis pada perempuan. Oleh karena itu, akan dikaji mengenai gambaran kesejahteraan psikologis pada remaja laki-laki lebih lanjut.

Remaja merupakan masa transisi dari anak-anak menuju dewasa yang banyak terjadi perubahan biologis, kognitif, dan sosioemosional. Remaja laki-laki sangat sedikit memperlihatkan emosi seiring dengan pertumbuhannya. Mereka terlalu sering kali dididik untuk tidak memperlihatkan perasaan-perasaan. Remaja laki-laki cenderung enggan menceritakan masalahnya secara terbuka. Seharusnya, remaja laki-laki dapat memperoleh keuntungan apabila mereka mengekspresikan kecemasan-kecemasan yang dirasakan maupun untuk meregulasikan agresinya, dibandingkan apabila mereka memendamnya.

Kesejahteraan psikologis pada remaja laki-laki akan dilihat dari dimensi penerimaan diri, hubungan yang positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan dalam hidup, dan perkembangan pribadi.