

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Remaja merupakan masa peralihan dari masa anak-anak menuju masa dewasa, dimana individu mengalami perubahan-perubahan biologis, kognitif, dan sosial emosional. Fase ini disebut juga sebagai masa *storm and stress*, yaitu individu merasa adanya pasang surut emosi yang disertai dengan pertumbuhan fisik dan perkembangan mental yang pesat (Hurlock., 2016)

Menurut Morton Montgomery (2013) remaja mewariskan pertumbuhan dinamis dalam rangka meningkatkan kekuatan untuk terus menggali potensi dan memberikan hasil yang positif, Intervensi meningkatkan protektif membentuk sikap, keterampilan dan keterhubungan remaja menghadapi tantangan ke fase dewasa. Salah satu tanda remaja mampu atau berhasil melaju ke fase dewasanya adalah saat dirinya mendapatkan kesejahteraan psikologis yang layak/baik. Remaja merasa dirinya autonomy atau mandiri, kurangnya waktu kebersamaan dengan keluarga dan merasa asyik dengan dunianya sendiri (Larson, 1996). Pertumbuhan remaja yang baik tidak lepas dari peran orang tua yang selalu memberikan arahan, strategi serta dukungannya terhadap anak remaja (Corcos, 2006). Masa remaja merupakan masa yang paling rentan mengalami berbagai gangguan kesehatan mental sehingga berdampak pada kehidupan dewasanya. Penelitian yang dilakukan Rohner & Britner (2002) menunjukkan bahwa adanya hubungan antara *parenting style* dengan kesejahteraan psikologis remaja dan berkorelasi positif menghasilkan perilaku internal maupun eksternalnya.

Berdasarkan riset data dari laporan Riskesdas tahun 2018 ditemukan bahwa persentase depresi remaja sebesar 6,1% atau setara dengan 11 juta jiwa manusia mengalami kecemasan (Barus, 2022). hasil datalainnya diperoleh dari Indonesia National Adolescent Mental Health Survei (I- NAMHS) yang mengukur kasus gangguan kesehatan mental pada remaja berusia 10-17 tahun di Indonesia, ditemukan bahwa 1 dari 3 remaja mengalami permasalahan kesehatan mental khususnya gangguan kecemasan yang mendominasi remaja

Indonesia .(Barus, 2022). Menurut Rachmawati (2020) remaja dengan gangguan kesejahteraan psikologis memiliki perolehan persentase sebesar 6,2% dengan berbagai kecenderungan negatif baik itu menyakiti diri dan bunuh diri. Rendahnya kesejahteraan psikologis individu yang mengindikasikan seseorang depresi dan mengalami gangguan kesehatan mental.

Menurut Ryff & Singer (2018) kesejahteraan psikologis didefinisikan sebagai konsep sudut pandang manusia menilai keberfungsian psikologisnya, tidak hanya dalam segi kesehatan mental namun menunjukkan bahwa individu berpotensi mengembangkan berbagai kemampuan secara optimal baik dalam kegiatan fisik, sosio emosional, dan juga mental. Menurut Bradburn. (1969) puncak tertinggi kesejahteraan psikologis individu adalah mereka yang berbahagia serta menyamaratakan antara afek positif dan negatif sehingga akan menikmati kepuasan hidupnya. Dalam penelitian Wahyuni & Maulida. (2019) Kesejahteraan Psikologis sebagai ciri individu dapat mengontrol lingkungan sehat, keefektifan dalam beraktivitas, memiliki gambaran masa depan yang positif, berkontribusi pada kehidupan yang lebih memuaskan (*Fulling Life*) dan akan memicu keberfungsian psikologis.

Remaja dengan kesejahteraan psikologis yang baik akan memiliki pemahaman dalam memandang kehidupan penuh rasa positif. Hal ini didukung dalam penelitian Akhtar & Boniwell (2019) bahwa kesejahteraan psikologis memiliki hubungan positif dalam memahami suatu yang berkaitan dengan dinamika kehidupan, menciptakan lingkungan yang mendukung, pertumbuhan dan perkembangan secara positif, mampu mengatasi permasalahan mental (Depresi dan kecemasan).

Rendahnya kesejahteraan psikologis remaja akan berpotensi melakukan beberapa kecenderungan diantaranya tidak merasa puas dengan pencapaian diri, mudah sakit hati, selalu memikirkan kejadian negatif di masa lampau, dan tidak memiliki keberarahan hidup (Ryff, 2007). Menurut hasil penelitian Bhagchandani, R. K. (2017) bahwa ciri ciri individu yang memiliki kesejahteraan psikologis rendah ditandai dengan kecenderungan menjauh, menghindari dan melakukan penarikan diri (*withdrawal*) serta

ketidakramahan dalam membangun hubungan sosial. Josef & Hidayat (2011) menambahkan ciri remaja dengan kesejahteraan psikologis yang rendah memiliki kecenderungan tidak mampu mengelola emosi dengan baik (agresif), selalu tidak puas dalam pencapaian diri, malas, berperilaku kriminal dan mengakibatkan kesehatan psikis yang memprihatinkan.

Bandura (1977) menyatakan bahwa “Permodelan” merupakan cara pembelajaran manusia dapat menilai perilaku seseorang, mengamati perilaku orang lain akan menjadi dasar individu bertindak, begitupun dengan pendekatan disiplin orang tua, anak akan melihat cara orang tua memperlakukan dan belajar bahwa cara tersebut yang dilakukan, maka dari itu anak akan percaya bahwa cara orangtuanya memperlakukan yang benar dan akan menirunya, meskipun pada saat yang sama dia merasa apa yang dilakukan orangtuanya tidak adil baginya. Pendisiplinan orang tua kepada anak dapat memberikan persepsi remaja mengenai hal yang dilakukan dalam mendidik, seberapa adil perlakuan yang diterima dan apakah setimpal dengan perilaku yang diberikan apa yang anak rasakan adalah hal yang memberikan pengaruh dalam bagaimana anak bertindak terhadap orang lain.

Berbagai macam bentuk pendisiplinan, Merujuk pada pengertian parental discipline menurut Morris et al (2007) adalah strategi orang tua memberikan pengarahan dan pengetahuan terhadap anak. Menurut Patrick & Gibbs (2014) *Parental Discipline* adalah serangkaian cara orang tua memberikan pengajaran kepada anak perihal perilaku yang dapat diterima maupun tidak diterima. Pembentukan karakter remaja membutuhkan kekuatan dan kesabaran orang tua sehingga hal ini akan memberikan tantangan orang tua dalam mendisiplinkan anak (Amato, 2005).

Semakin baik pendekatan disiplin orang tua maka semakin positif dampaknya terhadap perkembangan dan kesejahteraan psikologis remaja. Orang tua yang menerapkan disiplin positif bagi anak khususnya remaja menyadari bahwa pentingnya membina keharmonisan hubungan keluarga dan memberikan dukungan emosional positif. Dalam penelitian Grusec et al (2017) membuktikan bahwa *Parental Discipline* berpengaruh dalam mengurangi perilaku agresif, mereka sadar bahwa perilaku

negatif akan menimbulkan permasalahan baru dan meningkatkan kemandirian menuju proses kedewasaan. Menurut Patrick & Gibbs (2007) keefektifan disiplin induksi dinilai baik dalam meningkatkan empati anak serta membangun perilaku prososial positif, anak akan memahami konsekuensi dan bertanggung jawab melakukan tindakan terhadap orang lain serta memotivasi dalam membangun kepedulian terhadap sesama.

Berdasarkan hasil penelitian Dodge, Koie, & Lynam (2006) bahwa ketidak konsistenan parental discipline akan berdampak pada depresi dan kecemasan hal ini merujuk pada rendahnya kesejahteraan psikologis individu. Ketidakkonsistenan ini terjadi karena perlakuan orang tua yang berbeda beda sesuai dengan keadaan perasaan dan rumit untuk dimengerti anak. Disiplin yang tidak konsisten dapat mengarah pada perilaku maladaptive dan agresif (Stephen & Udisi, 2016). Akibat pembentukan ketidakkonsistenan parental discipline, remaja akan merasa tidak dipedulikan orang tua, kebebasan tanpa larangan dalam melakukan sesuatu, dan kurangnya perhatian dari orang tua (Meier, Musick, Flood, Dunifon, 2005). Orang tua yang memberikan pendekatan disiplin negatif cenderung memiliki aspirasi yang rendah terhadap anak, menghindari keterlibatan keluarga, minimnya ilmu mengenai pola asuh positif terhadap anak karena orang tua sibuk bekerja atau latar belakang pendidikan orang tua yang kurang memadai, dan kurangnya pengawasan terhadap anak (Eva Moh Bisri, 2018). Sehingga pendekatan disiplin yang mengarah pada kekerasan atau negatif sangat tidak disarankan dalam jangka panjang karena akan merugikan kesejahteraan psikologis anak.

Hasil penelitian tentang penerapan disiplin orang tua yang dilakukan Patrick & Gibbs (2012) menyatakan bahwa adanya korelasi antara penerapan disiplin orang tua dengan pembentukan identitas moral, hal ini berkontribusi terhadap baiknya kesejahteraan psikologis individu yang positif dan individu dan mampu mengendalikan emosi dengan baik. Diperkuat dengan hasil penelitian Gawali & Bedi (2019) bahwa adanya hubungan yang signifikan antara penerapan disiplin dengan kesejahteraan remaja, penerapan teknik disiplin positif memberikan pengaruh positif kepada

anak begitupun sebaliknya teknik disiplin negatif akan menimbulkan permasalahan dan perilaku maladaptif pada anak.

Terdapat beragam pendekatan dalam menerapkan disiplin oleh orang tua, yang mencakup berbagai metode mulai dari pendekatan *Power Assertion* hingga *Induction*. Jakarta Pusat, sebagai bagian dari kawasan perkotaan yang padat, memiliki dinamika sosial dan ekonomi yang unik yang dapat mempengaruhi penerapan disiplin oleh orang tua dan kesejahteraan psikologis remaja di wilayah tersebut. Menurut Sarwono (2004) dalam Sari dkk (2017) bahwa remaja berada pada tahap krisis identitas, memiliki rasa ingin tahu yang tinggi, ingin mencoba hal-hal baru, dan mudah terpengaruh dengan teman sebaya. Menurut Prayitno (dalam Utami, Ahmad, R & Ifdil, 2017) dalam periode ini individu tidak hanya dituntut untuk bersosialisasi dengan keluarga, namun juga dengan masyarakat sehingga individu dapat berbaaur dan menyesuaikan diri dengan norma yang berlaku dimasyarakat. Sehingga perubahan-perubahan internal remaja, remaja juga menghadapi kewajiban atau tugas perkembangan yang harus dipenuhinya. Apabila kewajiban atau tugas perkembangan tersebut bisa dijalankan dengan baik, maka akan tercapai suatu kepuasan, kebahagiaan, dan penerimaan dari lingkungan.

Meningkatnya kesejahteraan psikologis remaja akan mudah menghadapi masalah-masalah, sehingga mampu terhindar dari stress, mampu mengontrol diri dengan sangat baik, berinteraksi sosial dengan baik serta terhindar dari depresi dan permasalahan-permasalahan hidup yang akan mengganggu dirinya (Bordbar, & Fariba, 2013).

Kesejahteraan psikologis sebagai suatu dorongan untuk menggali potensi diri individu secara keseluruhan agar dapat mencapai kesuksesan. Kesejahteraan psikologis dibutuhkan agar individu dapat meningkatkan efektivitas dalam berbagai bidang kehidupan salah satunya adalah bidang akademik. Kesejahteraan psikologis siswa cerdas istimewa berkorelasi positif dengan prestasi akademik (Kroesbergen, dkk, 2015).

Berdasarkan review jurnal menurut Bradburn (Ryff, C. D, Keyes, 1995) kesejahteraan psikologis yaitu individu mampu menerima diri apa adanya, tidak terdapat gejala-gejala depresi dan selalu memiliki tujuan hidup yang

dipengaruhi oleh fungsi psikologi positif yang berupa aktualisasi diri, penguasaan lingkungan. Kondisi *psychological well-being* pada diri remaja perlu mendapat perhatian, karena jika remaja dalam kondisi sejahtera dan bahagia tentunya akan berdampak pada kehidupan remaja (Linawati, RA. & Desiningrum, 2018). Sehingga akan memandang masa depan secara positif. Senada dengan itu menurut (Ryff, 1989) mengatakan kesejahteraan psikologis yaitu sebuah kondisi dimana individu memiliki sikap yang positif terhadap diri sendiri dan orang lain, dapat membuat keputusan sendiri dan mengatur lingkungan yang sesuai dengan kebutuhannya, memiliki tujuan hidup dan membuat hidup mereka lebih bermakna, serta berusaha mengeksplorasi dan mengembangkan dirinya.

Peran orangtua sangat penting dalam program yang dijalankan anak, orangtua, anak dan program sekolah merupakan bagian dari suatu proses. Dengan demikian semakin tinggi peran orangtua dalam pendidikan seorang anak, maka pendidikan anak tersebut juga akan semakin baik. Menurut Umar (2015) orangtua adalah orang yang bertanggung jawab utama dalam pendidikan anak-anak. Para orangtua yang menentukan masa depan anaknya, namun terkadang orangtua memiliki keterbatasan waktu atau kendala seperti sibuk bekerja sehingga orangtua meminta pihak luar membantu mendidik anak-anak mereka. Pihak lainnya adalah guru di sekolah, setelah anak-anak dititipkan di sekolah orangtua tetap bertanggung jawab dalam keberhasilan pendidikan anak-anak mereka. Tanggung jawab yang dapat diwujudkan antara lain dengan membimbing kelangsungan anak belajar di rumah, membimbing anak belajar di rumah dapat dilakukan dengan mengawasi dan membantu mengatur tugas sekolah anak. Orangtua bertanggung jawab dalam mengupayakan anaknya agar dapat berperilaku disiplin, baik dalam hubungannya dengan Tuhan, dirinya sendiri, sesama manusia dan lingkungan, serta sesama makhluk hidup disekitarnya yang sejalan dengan nilai dan norma.

Kesejahteraan Psikologis merupakan hal yang penting dalam mendukung kehidupan berbagai aspek perkembangan remaja, tidak hanya itu berbagai manfaat yang akan dirasakan, menciptakan hubungan yang harmonis karena anak merasa nyaman dan dipahami sehingga akan membangun kepercayaan,

pendampingan orang tua melalui pendekatan disiplin yang efektif salah satunya adalah pendekatan disiplin *Induction* hal tersebut akan membantu anak memiliki tujuan dan akan mempengaruhi perilaku anak pada jalur positif sehingga mereka menerima konsekuensi atas perilaku yang diperbuat, mengembangkan kemandirian menuju pendewasaan, dan bertanggung jawab dalam pengambilan keputusan.

Berdasarkan fenomena yang dapat menjadi perhatian khusus mengenai dampak yang diperoleh dari rendahnya kesejahteraan psikologis, tingginya angka kematian di Gunungkidul yang didasari oleh peristiwa bunuh diri yang kian meningkat pada setiap tahunnya, didasari dengan rendahnya keadaan psikologis individu, seringkali merasa lemah dan tidak berdaya, sehingga individu dengan nekat melakukan aksi bunuh dirinya (Mulyani & Eridiana 2018). Fenomena serupa mengenai rendahnya kesejahteraan psikologis pada kalangan remaja yang memprihatinkan, riset data membuktikan bahwa kian meningkatnya Tingkat kecemasan, ketakutan di dunia termasuk Indonesia (Przybylski & Weinstein, 2017). Price et al (2007) dalam penelitiannya menjelaskan bahwa permasalahan kesehatan mental berkontribusi terhadap penyakit-penyakit lain didalam tubuh.

Peneliti melakukan wawancara observasi di salah satu SMP Negeri Jakarta Pusat untuk mendalami isu penerapan disiplin orang tua dari persepsi remaja dan dampaknya terhadap kesejahteraan psikologis, setelah didalami lebih lanjut peneliti menemukan bahwa isu *parental discipline* dengan kesejahteraan psikologis remaja dapat dijadikan isu penting yang dapat diangkat dalam penelitian ini, diketahui bahwa orang tua seringkali melakukan pendisiplinan secara fisik kepada anak apabila tidak mau menuruti perkataan orang tua, seringkali merasa dikekang, hal ini membentuk pemberontakan pada anak, memicu kecemasan, memiliki ketakutan berlebih dengan orang tua menimbulkan kurangnya kepercayaan diri, temperamental dan tidak dapat membina hubungan hangat dengan teman sebaya maupun orang terdekatnya. Hal ini dibenarkan menurut pendapat Kaye (1986) bahwa membina hubungan positif terhadap sesama dipercaya dapat memberikan pertumbuhan positif baik dalam segi keterampilan emosionalnya dan kesejahteraan psikologisnya.

Berdasarkan pembahasan dan fenomena di atas bahwa peran orang tua sangat penting bagi perkembangan kesejahteraan psikologis anak, karena sebagian besar waktu anak banyak di rumah, maka peran orangtua tidak dapat dabaikan. Proses kedisiplinan anak dimulai dari rumah, sehingga peran orangtua dalam memantau dan memberikan perhatian terhadap pendidikan anak sangat penting. Peran orangtua bukan hanya menyediakan fasilitas belajar anak atau membiayai pendidikan anak saja akan tetapi memberikan perhatian baik secara fisik maupun psikologis. Orangtua harus memberikan contoh perilaku yang baik kepada anaknya agar si anak juga meniru perilaku baik dari kedua orang tuanya, karena setiap tingkah laku dari orangtua akan ditiru oleh anak dalam berperilaku di rumah maupun sekolah.

Untuk itu, penelitian berjudul “ **Hubungan Penerapan Disiplin Orang Tua Dengan Kesejahteraan Psikologis Remaja Di SMPN Jakarta Pusat**” dibuat, dengan harapan dapat memberikan pemahaman yang lebih baik tentang faktor-faktor yang memengaruhi kesejahteraan psikologis remaja, serta memberikan wawasan yang berguna bagi praktisi pendidikan, konselor, dan orang tua dalam mendukung perkembangan positif remaja di SMP Negeri 181 Jakarta Pusat.

B. Identifikasi Masalah

Berkaitan dengan latar belakang masalah yang sudah dikemukakan sebelumnya maka yang menjadi identifikasi masalah pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagaimana penerapan disiplin di SMP Negeri 181 Jakarta
2. Bagaimana Kesejahteraan Psikologis siswa SMP Negeri 181 Jakarta
3. Apakah terdapat korelasi dari Penerapan Disiplin orang tua dengan Kesejahteraan Psikologis Remaja SMPN 181 Jakarta.

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan pertimbangan dari identifikasi masalah dalam penelitian ini, maka pembatasan masalah pada penelitian ini yaitu “Hubungan Persepsi Remaja Penerapan Disiplin Orang Tua Dengan Kesejahteraan Psikologis Di SMPN yang berada di Jakarta Pusat.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, maka perumusan masalah pada penelitian ini yaitu “Apakah terdapat hubungan yang signifikan dari dimensi dimensi Hoffman & Saltzein. (1967) (*Power Assertion, Love Withdrawal, Induction*) terhadap Kesejahteraan Psikologis Ryff. (1989) (*Self acceptance, Relationship With Other, Autonomy, Enviromental Mastery, Purpose In Live, Personal Growth*) di SMPN Jakarta Pusat .

E. Tujuan Umum Penelitian

Tujuan umum dari penelitian ini yaitu ingin mengetahui bagaimana hubungan penerapan disiplin orang tua dengan kesejahteraan psikologis remaja di SMPN Jakarta Pusat.

F. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan keilmuan khususnya SMPN 181 Jakarta mengenai hubungan penerapan disiplin orang tua dengan kesejahteraan psikologis remaja.

2. Manfaat Praktis

a. Siswa

Siswa dapat mengetahui bahwa adanya hubungan penerapan disiplin orang tua dengan kesejahteraan psikologis remaja.

b. Guru Bimbingan dan Konseling

Jajaran Guru Bimbingan Konseling dapat mengembangkan program dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis peserta didik.

