

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Usia tiga belas hingga lima belas tahun, ketika peserta didik memasuki bangku sekolah menengah pertama, dianggap sebagai periode remaja awal menurut teori perkembangan. Periode remaja awal didefinisikan oleh sejumlah perubahan dalam kesehatan fisik, emosional, dan sosial seseorang, serta pencarian identitas diri yang mendalam (Hurlock, 1999). Banyak faktor, termasuk tekanan akademis, harapan orang tua, tekanan teman sebaya, dan dampak media sosial, dapat berdampak buruk pada kesehatan mental remaja kelas menengah (Yuliana & Pratiwi, 2020). Kurangnya pengelolaan stres, kecemasan, dan perasaan isolasi yang efektif dikaitkan dengan tingkat kepuasan hidup yang lebih rendah di kalangan remaja sekolah menengah (Saraswati dan Oktaviani, 2021).

Kepuasan hidup sangat bergantung pada proses evaluasi kognitif, yaitu penilaian keseluruhan kualitas hidup seseorang yang berkaitan dengan tingkat pencapaian tujuan (Hagenauer, dkk. 2017). Maka dari itu, kepuasan hidup mendapat perhatian besar karena merupakan salah satu indikator kesejahteraan dan fungsi positif yang paling mapan (Diener et al., 2017) tanpa terkecuali di kalangan generasi muda seperti peserta didik SMP yang memasuki periode remaja awal.

Akan tetapi dalam beberapa penelitian menemukan bahwa kepuasan hidup pada remaja masih belum optimal. Seperti dalam penelitian Proctor, (2017) yang menjelaskan bahwa kepuasan hidup pada remaja telah diabaikan dan kurang diperhatikan bersama dengan berbagai indikator positif lainnya dari fungsi optimal yang seharusnya. Kemudian Syamila et al (2021), menemukan bahwa sebanyak 13% (N=17) memiliki kepuasan hidup rendah dan sebanyak 7% (N=9) memiliki kepuasan hidup sangat rendah. Sejalan dengan penelitian yang menjelaskan bahwa individu muda seringkali memiliki tingkat kepuasan hidup yang rendah (Ehrlich & Isaacowitz, 2002). Serta penelitian Orben et al (2022), yang turut

menemukan bahwa kepuasan hidup cenderung menurun selama masa remaja.

Berdasarkan beberapa studi tersebut, maka kepuasan hidup pada peserta didik SMP sebagai remaja awal menjadi perhatian yang sangat penting untuk diteliti. Hal ini didukung oleh penelitian yang mengungkapkan bahwa kepuasan hidup dikalangan remaja menjadi salah satu indikator kunci atau yang utama dari kesehatan mental dan berhubungan positif dengan spektrum yang luas baik secara pribadi, psikologis, perilaku, sosial, antarpribadi dan intrapribadi yang positif (Proctor, dkk. 2008).

Adanya peningkatan kepuasan hidup pada remaja dapat mencegah dampak negatif stres dan terjadinya perkembangan psikologis (Proctor, 2017). Kemudian Zulnida dkk. (2020), juga menjelaskan bahwa remaja yang memiliki tingkat kepuasan hidup tinggi cenderung kurang terlibat dalam perilaku bermasalah seperti bertindak di luar kendali sebagai orang dewasa, yang dapat merupakan akibat dari pengalaman stres. Sebaliknya, Suldo dan Huebner (2004) menemukan bahwa remaja yang kepuasan hidupnya rendah maka akan cenderung lebih menunjukkan perilaku eksternalisasi.

Kepuasan hidup peserta didik SMP sebagai remaja seringkali melibatkan perpaduan yang kompleks. Peserta didik SMP sebagai remaja memandang kepuasan hidup sebagai perasaan nyaman, tentram, aman, dan damai. Dalam perspektif peserta didik SMP laki-laki, mereka mencapai kepuasan ketika fungsi kognitif dapat beroperasi secara maksimal, seperti berprestasi di kelas. Bagi mereka, orang tua menjadi orang yang mampu menumbuhkan kepuasan. Sementara itu, dalam perspektif peserta didik SMP perempuan, mereka merasa mencapai kepuasan ketika mampu berfungsi secara maksimal dalam lingkungan sosialnya, seperti berperilaku tolong menolong dan hidup rukun, yang mana menjadi bagian budaya Jawa yang diajarkan oleh orang tua. Bagi mereka orang tua juga menjadi orang yang membuat mereka mencapai kepuasan selain diri sendiri. Selain itu, sebagai peserta didik mereka juga beranggapan bahwa guru dan fasilitas

yang disediakan oleh sekolah baik untuk KBM maupun non KBM dapat mempengaruhi kepuasan hidup mereka (Mahardika, 2024).

Sementara dalam studi Li et al., (2023) menjelaskan bahwa karakteristik kepuasan hidup pada peserta didik SMP atau remaja meliputi bagaimana cara individu tersebut memandang keadaan hidup pada saat ini, bagaimana pandangan positif tentang masa depan serta kemampuan untuk merencanakan masa depan. Kemudian dukungan sosial seperti keluarga termasuk dukungan emosional, bimbingan, penerimaan, pengertian dan bantuan keuangan menjadi aspek yang dapat mempengaruhi kepuasan hidup remaja (Chen et al., 2017); (Zimet et al., 1988). Lalu secara lebih lanjut dijelaskan pula, bahwa kemakmuran keluarga dan status sosial ekonomi serta harga diri turut berkontribusi terhadap kepuasan hidup remaja (Holstein et al., 2020); (Chen et al., 2016).

Berkaitan dengan penjelasan hasil penelitian tersebut, Lian & Yusoooff (2009), menjelaskan bahwa harga diri relatif konstan sepanjang masa kanak-kanak tetapi mulai menurun secara signifikan sekitar masa remaja. Harga diri remaja, atau kapasitas untuk evaluasi diri yang positif, merupakan komponen penting dalam kenikmatan hidup mereka. Sebagai hasil dari ketahanan yang lebih besar dalam menghadapi kesulitan dan kurang terpengaruh oleh tekanan teman sebaya, remaja yang menilai harga diri mereka sendiri dengan tinggi melaporkan tingkat kepuasan hidup yang lebih tinggi. Remaja akan memiliki harga diri yang sehat jika kebutuhan fisiologis, keselamatan, dan sosial dasar mereka terpenuhi (Raharja & Indati, 2018). Sehingga umum bahwa selama periode perkembangan ini remaja memiliki kebutuhan yang kuat akan penerimaan sosial dan identitas diri (Wills & Shinar, 2000; Fitriani, 2022; DuBois dkk., 2002), dan bahwa dukungan sosial dari keluarga, teman, dan lingkungan sekolah dapat sangat membantu mereka dalam mengatasi tantangan ini.

Kemudian hal lain yang turut mempengaruhi kepuasan hidup remaja adalah kemakmuran ekonomi dan/atau status sosial ekonomi (SES). Hal ini sejalan dengan penjelasan Zullig dkk. (2005), yang menemukan bahwa posisi keuangan dan lingkungan sosial merupakan dua variabel eksternal

yang mempengaruhi korelasi antara dukungan sosial dan kebahagiaan dalam hidup. Perkembangan psikologis remaja sangat dipengaruhi oleh posisi sosial ekonomi keluarga. Hal ini dikarenakan remaja mungkin mengalami peningkatan tingkat stres emosional karena kurangnya sumber daya dan lingkungan yang tidak mendukung, yang pada gilirannya membuat mereka lebih rentan terhadap masalah penyesuaian sosial dan hambatan sehari-hari (Conger & Donnellan, 2007).

Umumnya remaja dengan latar belakang sosial ekonomi menengah sering menghadapi hambatan unik, seperti kurangnya dukungan sosial, sedikitnya kesempatan untuk berpartisipasi dalam kegiatan ekstrakurikuler, dan terbatasnya akses ke sumber daya pendidikan, yang dapat berdampak pada harga diri dan kebahagiaan mereka secara keseluruhan (Chen & Matthews, 2001). Sementara remaja dari latar belakang sosial ekonomi yang lebih baik memiliki lebih banyak kebahagiaan dalam hidup mereka dibandingkan dengan rekan-rekan mereka dari kelas bawah (Moksnes dkk. 2022).

Dalam kemakmuran ekonomi dan/atau biasa dikenali sebagai status sosial ekonomi (SES), karakteristik termasuk tingkat pendidikan, dan pekerjaan, lalu pendapatan, kekayaan, dan kemampuan untuk mengakses sumber daya sosial seperti pekerjaan dan sekolah membentuk apa yang dikenal sebagai status sosial ekonomi (SES) (Krieger dkk., 1997). Sunarto, (2004) menjelaskan bahwa kategori status sosial menengah terdapat tiga tingkatan yaitu *upper class*, *middle class*, dan *lower class*. Dalam penelitian ini akan berfokus membahas status sosial ekonomi menengah yang juga disebut sebagai *middle class*.

Status sosial ekonomi menengah atau *middle class* didefinisikan sebagai kelompok masyarakat yang memiliki pendapatan di atas garis kemiskinan namun di bawah tingkat kekayaan serta memiliki karakteristik yang unik dibandingkan kelompok masyarakat lainnya (Pressman, 2015). Pada tahun 2023, kelompok dengan status sosial ekonomi menengah di Indonesia berjumlah 38,5 juta jiwa atau 20,7 persen dari penduduk (Salasah & Sulisty, 2024). Berdasarkan data pengeluaran keluarga per bulan yang

dikeluarkan oleh Badan Pusat Statistik (BPS) disebutkan bahwa kelompok status sosial ekonomi menengah bawah (*emerging middle*) adalah apabila pengeluaran keluarga per bulan sebesar Rp1,5 juta-Rp2 juta. Kelas menengah (*middle*) untuk rentang pengeluaran keluarga per bulan Rp2 juta-Rp3 juta per bulan. Sementara kelas menengah atas (*upper middle*) apabila pengeluaran keluarga per bulan berkisar Rp3 juta-Rp5 juta (Rosalina, 2024).

Status sosial ekonomi menengah mencerminkan bagaimana kondisi finansial dan sosial yang berada di antara kelompok ekonomi rendah dan tinggi, sehingga memiliki dinamika tersendiri dalam memengaruhi kesejahteraan psikologis peserta didik. Umumnya masyarakat yang berada pada status sosial ekonomi menengah sangat berkontribusi pada perputaran roda ekonomi dengan kemampuan daya beli yang mereka miliki. Kelompok menengah cukup memiliki fleksibilitas akses kepada kelompok lainnya karena berada di antara kelompok menengah bawah dan kelompok menengah atas, sehingga mampu menjadi mediator diantara keduanya. Namun demikian, faktor kerentanan yang dialami oleh kelompok menengah juga seringkali menciptakan fenomena penurunan atau seringkali dialami kelompok menengah bawah yang turun ke dalam kelompok miskin (Rosalina, 2024).

Selanjutnya, peserta didik dari keluarga kelas menengah mungkin memiliki lebih banyak kesempatan untuk melanjutkan pendidikan mereka, mereka juga berada di bawah tekanan yang lebih besar untuk berhasil secara akademis dan sosial dibandingkan peserta didik dari keluarga berpenghasilan tinggi (Duncan dkk., 2017). Selain itu, peserta didik dengan latar belakang kelas menengah juga lebih rentan terhadap tekanan teman sebaya dari pada peserta didik dari latar belakang sosial ekonomi yang lebih rendah atau lebih tinggi (Gunawan dkk. 2021). Mereka berada di posisi yang menuntut mereka untuk berprestasi tinggi tetapi tanpa jaminan dukungan finansial yang cukup kuat seperti kelompok SES tinggi. Sehingga faktor-faktor tersebut berpotensi memengaruhi harga diri, dukungan sosial, dan kepuasan hidup mereka.

Berdasarkan penjelasan di atas, maka secara keseluruhan, keterkaitan antara status sosial ekonomi, harga diri, dukungan sosial, dan kepuasan hidup menunjukkan betapa pentingnya pendekatan holistik dalam mendukung perkembangan remaja. Remaja, khususnya yang berada di fase transisi seperti peserta didik kelas VII sangat dipengaruhi oleh faktor psikososial di sekelilingnya. Maka dari itu, kita dapat memberikan beberapa tindakan pencegahan dan program pelatihan intervensi untuk membantu mendapatkan lebih banyak dukungan sosial dan meningkatkan harga diri selama tahap perkembangan merupakan hal penting bagi remaja (Yan, et al, 2021).

Peserta didik kelas tujuh, yang sedang berada di masa perkembangan emosional dan sosial yang pesat menjadi target penelitian ini karena pentingnya menyelidiki hubungan antara harga diri, dukungan sosial, dan kebahagiaan hidup. Strategi yang tepat untuk membantu peserta didik mencapai potensi penuh mereka adalah tersedianya layanan bimbingan dan konseling (BK) di dalam sekolah. Membantu peserta didik mencapai kesejahteraan emosional, sosial, dan intelektual untuk meningkatkan prestasi mereka dalam kehidupan dan pendidikan adalah tujuan utama layanan BK, menurut rekomendasi dari *American School Counselor Association* (ASCA, 2019). Layanan bimbingan yang efektif juga diharapkan dapat mendukung perkembangan kepribadian peserta didik, memperkuat *self-concept*, membangun hubungan sosial secara sehat, serta membimbing peserta didik mencapai kualitas hidup yang positif (Gysbers & Henderson, 2012).

Selanjutnya, studi ini akan meneliti dampak posisi sosial ekonomi kelas menengah terhadap hubungan ini, dengan penekanan khusus pada wilayah Jakarta Timur, yang beberapa tahun terakhir menunjukkan perkembangan ekonomi yang signifikan telah memperlihatkan kelas menengah baru dengan berbagai tantangan sosial dan akademik yang unik (Suhut, 2023). Jakarta Timur memiliki kepadatan penduduk tinggi dengan jumlah penduduk pada tahun 2023 mencapai 3.079.618 jiwa yang menjadikan wilayah dengan jumlah penduduk tertinggi diantara lima kota

administrasi di DKI Jakarta. Dari segi pendidikan, di Jakarta Timur bervariasi serta terdapat campuran sekolah negeri dan swasta dengan latar belakang sosial ekonomi peserta didik yang beragam, sehingga memungkinkan peneliti untuk mengambil sampel yang representatif dari kelas menengah (BPS DKI Jakarta, 2023). Kelompok dengan status sosial ekonomi menengah dipilih karena mereka berada di antara dua ekstrem, yaitu SES rendah dan SES tinggi. Kelompok ini sering menghadapi tantangan unik dalam aspek psikososial, akademik, dan kesejahteraan hidup. Dalam hal ini, akan mendalami bagaimana status sosial ekonomi menengah berperan sebagai faktor yang memoderasi atau memperkuat hubungan antara harga diri, dukungan sosial, dan kepuasan hidup pada peserta didik di kota Jakarta Timur.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang, maka identifikasi masalah dalam penelitian adalah sebagai berikut.

1. Penelitian terdahulu memfokuskan kajian pada populasi umum remaja atau peserta didik, tanpa secara spesifik mempertimbangkan konteks sosial ekonomi peserta didik terutama pada jenjang SMP.
2. Pada penelitian sebelumnya seringkali memisahkan pengaruh dukungan sosial dan harga diri terhadap kepuasan hidup. Sehingga studi yang mengkaji pengaruh simultan kedua variabel tersebut, serta menempatkan status sosial ekonomi menengah sebagai konteks moderasi yang memengaruhi dinamika hubungan antarvariabel masih sangat terbatas.
3. Kelompok menengah cukup memiliki fleksibilitas akses kepada kelompok lainnya karena berada di antara kelompok menengah bawah dan kelompok menengah atas, sehingga mampu menjadi mediator diantara keduanya. Namun demikian, kelompok menengah juga seringkali menciptakan fenomena penurunan atau seringkali dialami kelompok menengah bawah yang turun ke dalam kelompok miskin. Sehingga seringkali menghadapi tantangan unik dalam aspek psikososial, akademik, dan kesejahteraan hidup.

B. Pembatasan Penelitian

Studi ini lebih terfokus pada cakupan yang sempit karena penulis membatasi isu penelitian pada “Hubungan Antara Harga Diri dan Dukungan Sosial dengan Kepuasan Hidup Peserta Didik SMP Kota Jakarta Timur Berstatus Sosial Ekonomi Menengah”.

C. Rumusan Masalah

Adapun rumusan masalah dalam penelitian, sebagai berikut.

1. Apakah terdapat hubungan secara simultan antara harga diri dan dukungan sosial dengan kepuasan hidup peserta didik SMP berstatus sosial ekonomi menengah?
2. Apakah terdapat hubungan antara harga diri dengan kepuasan hidup peserta didik SMP berstatus sosial ekonomi menengah?
3. Apakah terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan kepuasan hidup peserta didik SMP berstatus sosial ekonomi menengah?

D. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dalam penelitian adalah sebagai berikut.

1. Meneliti korelasi antara harga diri peserta didik SMP kelas menengah dan tingkat kebahagiaan hidup mereka.
2. Meneliti tingkat kepuasan hidup peserta didik SMP kelas menengah dalam kaitannya dengan sistem dukungan sosial mereka.
3. Memberikan rekomendasi bagi layanan Bimbingan Konseling (BK) dalam upaya meningkatkan kepuasan hidup peserta didik berdasarkan status sosial ekonomi.

E. Kegunaan Hasil Penelitian

Adapun kegunaan yang dapat diperoleh dalam penelitian ini adalah sebagai berikut.

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis penelitian dapat memberikan sumbangan ilmiah dalam bidang keilmuan Bimbingan dan Konseling dan berkontribusi secara konseptual pada penelitian yang sejenis yaitu harga diri, dukungan sosial dan kepuasan hidup dikalangan peserta didik dengan status sosial ekonomi menengah.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Sekolah

Hasil penelitian mampu membantu sekolah mengidentifikasi tingkat harga diri, dukungan sosial dan kepuasan hidup yang dimiliki peserta didik SMP khususnya dengan status sosial ekonomi menengah sehingga sekolah dapat memfasilitasi dan mendukung guru BK secara penuh dalam merancang program atau kegiatan layanan bimbingan dan konseling untuk meningkatkan dan mempertahankan harga diri dan dukungan sosial guna meningkatkan kepuasan hidup peserta didik.

b. Bagi Guru BK

Hasil penelitian mampu memfasilitasi guru BK dalam membantu mengidentifikasi tingkat harga diri, dukungan sosial dan kepuasan hidup peserta didik SMP khususnya dengan status sosial ekonomi menengah sehingga guru BK juga mampu merancang program atau kegiatan layanan bimbingan dan konseling untuk meningkatkan dan mempertahankan harga diri dan dukungan sosial guna meningkatkan kepuasan hidup peserta didik SMP.

c. Bagi Peserta Didik

Hasil penelitian mampu berkontribusi dalam memberikan pengetahuan terkait harga diri, dukungan sosial dan kepuasan hidup peserta didik SMP serta memberikan pemahaman tentang harga diri,

dukungan sosial, kepuasan hidup dan realitas situasi atau kondisi diri yang sedang dihadapi peserta didik SMP.

d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian mampu menjadi sumber rujukan ilmiah untuk para peneliti yang akan melaksanakan berbagai penelitian dengan tema yang serupa yaitu tentang harga diri, dukungan sosial dan kepuasan hidup peserta didik SMP.

F. *State of The Art*

Topik kepuasan hidup telah dipelajari secara ekstensif, dengan fokus pada remaja. Telah terbukti bahwa kebahagiaan hidup berkaitan dengan karakteristik internal seperti harga diri dan karakteristik eksternal seperti dukungan sosial. Untuk mengatasi tuntutan perkembangan masa remaja, dukungan sosial merupakan sumber daya pelindung, dan harga diri adalah faktor kunci dalam bagaimana seseorang menilai kualitas hidupnya, menurut beberapa penelitian.

Namun demikian, sebagian besar penelitian terdahulu masih memfokuskan kajian pada populasi umum remaja atau peserta didik, tanpa secara spesifik mempertimbangkan konteks sosial ekonomi peserta didik terutama pada jenjang SMP. Status sosial ekonomi memiliki implikasi penting terhadap akses sumber daya, relasi sosial, serta pembentukan konsep diri peserta didik.

Selain itu, penelitian sebelumnya sering kali memisahkan pengaruh dukungan sosial dan harga diri terhadap kebahagiaan. Masih terbatas studi yang mengkaji pengaruh simultan kedua variabel tersebut, serta menempatkan status sosial ekonomi menengah sebagai konteks moderasi yang memengaruhi dinamika hubungan antarvariabel.

Berdasarkan celah penelitian tersebut, penelitian ini memiliki kebaruan pada:

1. Meneliti dampak sistem dukungan sosial dan harga diri peserta didik sekolah menengah pertama terhadap kepuasan hidup mereka secara keseluruhan.

2. Penekanan pada konteks peserta didik dengan status sosial ekonomi menengah sebagai karakteristik khusus subjek penelitian.
3. Penggunaan pendekatan kuantitatif dengan instrumen terstandar dan teruji secara psikometrik.
4. Kontribusi praktis bagi layanan Bimbingan dan Konseling dalam merancang intervensi berbasis harga diri dan dukungan sosial untuk meningkatkan kepuasan hidup peserta didik.

Oleh karena itu, prosedur bimbingan dan konseling sekolah dapat memperoleh manfaat besar dari penelitian ini, yang tidak hanya mengkonfirmasi hasil sebelumnya tetapi juga menambah pengetahuan kita tentang kepuasan hidup remaja dalam konteks sosial ekonomi yang lebih bernuansa.

