

BAB I

PENDAHULUAN

Setiap manusia menginginkan kesejahteraan dalam hidup. Manusia berusaha demi menghindarkan diri dari kesulitan dan mencapai hal-hal baik yang diharapkan dalam kehidupan. Ketika manusia mencapai standar hidup yang mereka inginkan, maka ia dapat dikategorikan sudah mencapai kesejahteraan. Seseorang dianggap sejahtera apabila kebutuhan fisik maupun psikisnya terpenuhi, serta ia tidak berada dalam kondisi penderitaan. Manusia pasti menginginkan kehidupan yang sejahtera, namun banyak pula tantangan yang akan dihadapi oleh manusia dalam proses mencapai kehidupan yang sejahtera tersebut. Hal ini disebabkan oleh munculnya berbagai permasalahan dalam hidupnya, antara lain masalah keluarga, pekerjaan, finansial, akademik, dan lain-lain. Akibat permasalahan tersebut, manusia dapat merasakan kecemasan, stres, depresi dan gangguan psikologis lainnya yang akan memengaruhi kesejahteraan hidupnya.

Permasalahan dalam hidup juga dapat memengaruhi kesejahteraan hidup siswa di sekolah. Bagi siswa, permasalahan yang sering dihadapi antara lain tuntutan akademik, tekanan dari keluarga, *toxic friendship*, serta kekhawatiran mengenai masa depan. Apabila masalah tersebut tidak diatasi dengan baik, siswa akan merasakan tekanan dan tidak bahagia sehingga menghambat aktivitas sehari-hari. Untuk itu, penting bagi siswa memiliki pandangan hidup yang positif agar dapat mengatasi permasalahan yang ada, sehingga siswa dapat mengambil keputusan secara mandiri dan mampu berkembang dalam hidupnya.

Salah satu kasus yang dilansir dari health.kompas.com, mengenai berita pembunuhan terhadap Ade Sara oleh mantan pacarnya merupakan dampak dari orang tua yang kurang mendampingi anaknya dalam proses berkembang, sehingga anak tidak sejahtera secara psikologis dan berujung melakukan tindakan kekerasan. Psikolog Elly Risman berpendapat pelaku pembunuhan kurang mendapat kasih sayang serta pola asuh baik dari orang tua sejak kecil.

Observasi sebelumnya dilaksanakan oleh peneliti berkenaan dengan siswa-siswi di SMA Global Prima National Plus Medan, ditemukan bahwa beberapa siswa mendapatkan tekanan dari tuntutan akademik, seperti banyaknya tugas yang harus diselesaikan, jadwal belajar yang padat serta sulitnya memahami materi pembelajaran. Peneliti juga menemukan bahwa beberapa di antara mereka kurang mampu dalam mengambil keputusan secara mandiri, khawatir akan masa depannya, kurang mampu menelaah potensi dalam dirinya, kesulitan berinteraksi dengan teman sekelas dan masih memerlukan bimbingan dari orangtuanya dalam menjalani kehidupannya.

Kemampuan seseorang dalam mengatur kehidupannya sendiri dinamakan kesejahteraan psikologis. Mengutip dari Ryff (dalam Astuti, 2011), kesejahteraan psikologis merupakan hasil pencapaian psikologis seseorang, yang tidak terlepas dari elemen penerimaan sisi kuat dan lemahnya, mampu berdikari membuat keputusan dan mempertahankan relasi baik dengan lingkungannya, kapabel dalam mengatur lingkungan, mempunyai arah hidup dan bisa melewati setiap tahap perkembangan hidup.

Kesejahteraan psikologis tidak terbatas antara kepuasan hidup maupun ekuilibrium kondisi positif dan negatif, tetapi termasuk pandangan dalam implikasi hambatan sepanjang kehidupan (Keyes dkk. dalam Liwarti, 2013). Kesejahteraan psikologis sejalan dengan rasa bahagia, kepuasan hidup, serta tiadanya perilaku depresif. Ryff (1989) menyatakan adanya enam dimensi dari elemen tersebut, antaralain rasa mandiri, penguasaan lingkungan, perkembangan diri, relasi baik dengan lingkungan, arah hidup, serta penerimaan diri.

Secara hakikat, kesejahteraan psikologis bersifat esensial bagi manusia untuk menjalani setiap hari secara maksimal. Kesejahteraan psikologis sejalan dengan sikap positif terhadap diri, adanya relasi berkualitas dengan lingkungan, bersikap mandiri, secara proaktif melakukan upaya demi mengembangkan diri, serta mempunyai tujuan dan makna hidup.

Sebaliknya, rendahnya kesejahteraan psikologis berarti manusia tidak memiliki kepuasan dalam diri, tidak diterima dalam lingkup kerjanya, tidak mampu bergantung pada diri sendiri, kurang memiliki kepekaan sosial, tidak dinamis dalam perkembangan, serta tidak menemukan makna dalam hidup (Ryff, 1989).

Salah satu faktor yang berperan dalam kesejahteraan psikologis seseorang yakni keadaan masa lalu, terpenting pola asuh dari keluarga (Adi Galuh & Sofiati, 2006). Menurut Ryff (2014), pengalaman dalam lingkup rumah mempengaruhi kesejahteraan psikologis seseorang. Peran keluarga begitu signifikan dalam kesejahteraan psikologis remaja, terkhususnya perasaan bahagia. (Nayana, 2013). Peran dalam perkembangan psikis remaja termasuk kesehatan, kesejahteraan psikologis, pencapaian akademis, harga diri, dan pengambilan dipegang oleh keluarga (Chan & Koo, 2011).

Pola asuh menurut Baumrind (1991) ialah cara orang tua memantau, membina, dan menemani anak dalam proses perkembangan menuju kedewasaan. Ada 3 (tiga) model pola asuh yang dikatakan oleh Baumrind (1991), antara lain pola asuh otoriter, otoritatif, dan permisif. Pola asuh otoriter bercirikan tuntutan tinggi bersamaan dengan rendahnya tingkat responsif, membuat anak penuh agresivitas, rendahnya kebahagiaan, tinggi rasa takut, dan kurang cakap dalam komunikasi. Pola asuh otoritatif bercirikan tuntutan yang tinggi bersamaan dengan responsivitas baik dari orang tua, membuat anak menjadi mandiri, periang, dapat mengatasi tantangan dan berkomunikasi dengan cakap. Pola asuh permisif bertandakan perolehan kebebasan sepenuhnya dari orang tua, membuat anak tidak terbiasa dalam pengendalian diri, serta kurang paham kaidah dan norma sosial. Pola asuh otoritatif banyak disetujui sebagai pola asuh yang menunjang proses pertumbuhan psikis remaja dengan paling sesuai.

Orangtua dengan pola asuh otoritatif bakal bersikap tegas dan menetapkan standar yang jelas untuk perilaku. Orangtua juga menerapkan kesepadan antara hak dan kewajiban, tanggungjawab dan kemandirian, serta disiplin maupun otonomi. Pola asuh otoritatif berkaitan dengan

perkembangan ke arah baik, introspeksi diri, harga diri yang sehat, adaptasi diri, dan dorongan intrinsik yang tinggi untuk belajar (Ulfa, 2013).

Menurut Baumrind (1991), terdapat dua aspek dalam pola asuh otoritatif, yakni: tuntutan (*demandingness*) dan tanggapan (*responsiveness*). Orangtua yang otoritatif menanggapi dengan responsive bersamaan dengan adanya standar tinggi dalam pola asuh, mendorong secara positif dan lembut, memastikan anak memahami alasan diterapkannya suatu perjanjian, dan menggunakannya untuk menekankan tujuan untuk bersama (Hoskins, 2014). Orangtua terhadap bersikap hangat dan peka, menentukan peraturan yang dipahamibersama serta intensi yang berstandar tinggi.

Orangtua otoritatif, melalui pola asuh tersebut, membuat anak paham cara berdiplomasi dan berdiskusi, dan melalui kebiasaan-kebiasaan kecil membuat anak paham bahwa pendapat mereka didengar, diterima dan dihargai orangtua. Hal ini membuat anak tumbuh menjadi remaja yang cakap dalam lingkungan, bertanggung jawab, dan mampu mengandalkan kemampuannya (Kopko, 2007). Sejalan dengan riset yang dilaksanakan oleh Putri & Rustika (2017) yang merujuk bahwasanya remaja melalui perkembangan positif jika keluarga menerapkan keseimbangan antara tuntutan dan responsivitas, serta akan objektif dalam memandang diri, dapat berkomunikasi dengan baik.

Terdapat penelitian terdahulu yang dilaksanakan oleh Ambarita (2019) terhadap 664 pelajar di SMA Negeri 12 Medan, yang menunjukkan hubungan positif antara pola asuh otoritatif terhadap kesejahteraan psikologis, di mana koefisien korelasi (r) = 0,515 dan $\text{sig} < 0,05$. Artinya, remaja yang tumbuh dalam keluarga dengan pola asuh otoritatif mempunyai tingkat kesejahteraan psikologis yang tinggi.

Penelitian terbaru yang dilakukan oleh Yumra (2021) terhadap 154 remaja di SMAN "X" Pekanbaru menunjukkan adanya hubungan linear antara pola asuh otoritatif terhadap kesejahteraan psikologis pada remaja, di mana koefisien korelasi (r) 0,656 serta nilai $p=0,000$ ($\text{Sig.}<0,05$).

Hipotesis pada penelitian yaitu adalah adanya korelasi positif antara pola asuh otoritatif terhadap kesejahteraan psikologis siswa/i SMA Global Prima National Plus Medan. Dalam kata lain, jika tingginya penerapan pola asuh otoritatif maka akan tinggi juga kesejahteraan psikologis pada siswa, dan demikian sebaliknya.

Melalui latar belakang dan isu yang dipaparkan, rumusan masalah yang perlu dipecahkan dalam penelitian yaitu apakah terdapat hubungan antara pola asuh otoritatif terhadap kesejahteraan psikologis pada murid SMA Global Prima National Plus Medan? Tujuan diadakannya penelitian ini yakni mencari tahu hubungan pola asuh otoritatif terhadap kesejahteraan psikologis pada murid SMA Global Prima National Plus Medan.

Hasil penelitian ini nantinya berharap agar bisa bersumbangsih secara teoritis serta praktis. Secara teoritis, diharapkan bisa berkontribusi terutama pada pemikiran ilmiah ilmu psikologi klinis, khususnya mengenai kesejahteraan psikologis. Secara praktis, diharapkan dapat bersumbangsih terhadap orangtua agar dalam penerapan pola asuh, tetap memerhatikan kebutuhan anak sejalan dengan faktor seperti usia, minat, dan tahap perkembangan psikologis. Pihak sekolah juga dapat melihat hasil penelitian dan menjadikannya bimbingan dalam pengembangan potensi siswa serta lebih realistik dalam pemberian beban belajar agar menjaga keseimbangan kesejahteraan psikologis pada siswa-siswi.

Berdasarkan pembahasan dan penjabaran diatas, maka peneliti bermaksud mengadakan penelitian tentang "Hubungan antara pola asuh otoritatif dengan kesejahteraan psikologis pada siswa/i SMA Global Prima National Plus Medan.