

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Masa remaja merupakan masa peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa yang pada umumnya ditandai dengan perubahan fisik, kognitif dan psikososial, tetapi juga berisiko terhadap kesehatan mental. Pada masa tersebut sering kali menyebabkan hambatan pada remaja salah satunya dalam dunia pendidikan. Masa remaja terbagi menjadi dua bagian yaitu masa remaja awal diantara 11-15 tahun dan masa remaja akhir diantara 16-18 tahun (Hurlock, dalam Pramudita, 2015). Proses pemenuhan tugas perkembangan remaja tidak selalu berjalan lancar karena menghadapi tekanan dan hambatan akibat kerawanan secara fisik, kognitif, sosial dan emosi. Kondisi remaja semacam ini dapat mempengaruhi remaja dalam mempertimbangkan kesesuaian cita-cita, kemampuan, ketertarikan, bakat, kondisi emosi dan pemikiran masa depan (Santrock, dalam Pramudita, 2015).

Rentang usia remaja merupakan masa pencarian identitas diri. Oleh karena itulah, masa ini juga sering disebut sebagai masa *storm and stress* (badai dan tekanan) yang menimbulkan berbagai macam permasalahan, baik itu untuk remaja itu sendiri ataupun bagi para orang tua (Hamdana, 2015). Permasalahan-permasalahan yang terjadi pada usia remaja ini terkadang mengganggu dan menjadi hambatan bagi remaja untuk dapat mengekspresikan diri mereka dengan benar, sehingga mereka terjebak dalam situasi dan lingkungan yang salah dan mendorong mereka untuk melakukan hal-hal yang akan merugikan diri mereka sendiri dimasa depan, seperti merokok, minum minuman keras, bahkan tidak sedikit yang terjerumus dalam penggunaan obat-obat terlarang (NAPZA) dan pergaulan bebas yang dapat menyebabkan para remaja

kehilangan masa depannya. Untuk menghindarkan para remaja dari pengaruh lingkungan yang negatif tersebut, maka orang tua cenderung memilih model sekolah sekaligus dengan pondok pesantren bagi anak-anak mereka yang berada dalam rentang usia remaja (Hamdana, 2015).

Lingkungan sekolah menjadi salah satu komponen penting dalam perkembangan kognitif dan perkembangan diri pada remaja. Remaja menghabiskan sebagian besar waktunya di sekolah. Hal ini dapat mempengaruhi terhadap kenyamanan dan kebahagiaan remaja. Perasaan nyaman di sekolah dihubungkan dengan semua domain seperti kondisi sekolah, hubungan sosial, dan aktualisasi diri pada remaja khususnya di pondok pesantren (Ikromi et al., 2019).

Sekolah yang sekaligus dengan pondok pesantren adalah model sekolah yang mewajibkan siswanya untuk menginap atau menetap selama bersekolah di sekolah tersebut atau dengan waktu yang ditentukan sekolah. Sekolah berpondok pesantren pada umumnya memiliki kebijakan dan peraturan yang ketat. Para siswa yang tinggal di pondok pesantren umumnya berada dalam kontrol dan pengawasan yang melekat, dan mereka dituntut untuk mandiri dan selalu mentaati peraturan yang berlaku, sehingga kedisiplinan dan ketegasan yang berhubungan dengan penerapan hukuman (*punishment*) terkadang menjadi ciri khas dari sekolah yang sekaligus dengan pondok pesantren tersebut. Keadaan ini di satu sisi dapat menumbuhkan kedisiplinan, kemandirian, kebersamaan, dan juga kompetisi yang sehat yang mengarahkan siswa untuk dapat berprestasi dengan maksimal, serta terjauhkan dari pengaruh negatif lingkungan yang membahayakan masa depan siswa (Hamdana, 2015).

Siswa pondok pesantren diharuskan tinggal di asrama dan diberikan kegiatan keorganisasian ataupun materi keagamaan, hafalan Al-Qur'an, kegiatan organtri

(organisasi santri), kegiatan belajar malam selepas magrib di asrama dan muraja'ah hafalan setelah isya merupakan kegiatan wajib di pondok pesantren. Aktivitas yang padat dan menyita banyak waktu seringkali membuat remaja yang tinggal di pondok pesantren merasa tertekan dengan banyaknya pelajaran dan juga tuntutan dari orangtua yang terlalu tinggi terhadap anak (Ikromi et al., 2019).

Remaja yang diharapkan dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan pesantren, pada kenyataannya sering terjadi ketidaksesuaian seperti diungkapkan oleh Hasanah (Ikromi dkk, 2019) remaja merasa tidak betah, menyendiri, sakit, tidak mengikuti kegiatan, mereka merasa hidupnya dibatasi dengan aturan-aturan di pondok pesantren, remaja merasa tidak bisa bebas melakukan hal-hal yang mereka sukai, sehingga tak jarang beberapa santri merasa tidak betah dan tidak tahan mengikuti kehidupan di pondok pesantren bahkan memilih untuk melarikan diri dari pondok pesantren seperti yang diungkapkan Revelia (Ikromi et al., 2019).

Penerimaan keadaan remaja yang sekolah sekaligus tinggal di pondok pesantren seperti merasa tidak betah, menyendiri, sakit dan merasa hidupnya dibatasi dengan aturan-aturan di pondok dan tidak bebas melakukan hal-hal yang mereka sukai jika dirasakan secara berlarut-larut dan tidak bisa mengatasi hal tersebut maka akan menimbulkan stress bahkan depresi yang tidak baik untuk kesehatan mental seseorang. Dalam istilah psikologi dikenal dengan istilah kesejahteraan subjektif, yaitu suatu penilaian yang melibatkan aspek kognitif dan afektif terhadap sesuatu sehingga mempengaruhi kualitas kehidupan seseorang (Hamdana, 2015). Menurut Diener (Hamdana, 2015) kesejahteraan subjektif merupakan evaluasi subyektif seseorang mengenai kehidupan yang dialaminya termasuk konsep-konsep seperti kepuasan hidup, emosi menyenangkan, dan kepuasan terhadap area-area yang mempengaruhi tingkat emosi tidak menyenangkan yang rendah.

Menurut Diener (2000) kesejahteraan subjektif adalah penilaian individu terhadap hidupnya, meliputi penilaian secara kognitif dan secara afektif yang merupakan salah satu prediktor kualitas hidup individu. Individu dikatakan mempunyai kesejahteraan subjektif yang tinggi apabila mereka lebih banyak merasakan emosi yang menyenangkan daripada emosi yang tidak menyenangkan, ketika terlibat dalam kegiatan yang menarik, ketika mengalami banyak rasa senang dan sedikit rasa sakit, dan ketika telah merasa puas akan kehidupan mereka. Kesejahteraan subjektif terdiri tiga aspek pembangun yaitu afek positif, afek negatif dan kepuasan hidup. Afek positif dan negatif merupakan aspek afektif, sedangkan kepuasan hidup merupakan aspek yang mempresentasikan aspek kognitif individu (Diener, 2000).

Pengaruh dari kesejahteraan subjektif seseorang telah banyak diteliti pada beberapa domain kehidupan, misalnya di sekolah. Roeser et al., (dalam Wijayanti et al., 2019) meneliti bagaimana fungsi akademis dipengaruhi oleh kesehatan mental yang buruk yang berkaitan dengan emosi negatif dan motivasi akademis yang rendah pada anak kelas 8 dan 9. Menunjukkan bahwa siswa dengan kesehatan mental yang positif dan motivasi akademis yang tinggi adalah anak-anak dengan peringkat terbaik, sedangkan siswa dengan motivasi rendah dan emosi serta seringnya mempunyai pikiran yang negatif adalah anak-anak dengan peringkat terbawah.

Beberapa penelitian juga mencatat pentingnya siswa yang memiliki kesejahteraan subjektif yang baik di sekolah. Penelitian Abele (Wijayanti et al., 2019) menunjukkan bahwa kesejahteraan subjektif yang tinggi mempunyai pengaruh yang menguntungkan pada performansi kognitif. Penelitian Abele (Wijayanti et al., 2019) ini mengindikasikan bahwa *mood* yang positif menghasilkan performansi yang meningkat, sedangkan *mood* yang negatif menghasilkan performansi yang menurun pada subjek-subjek yang sedang mengerjakan *puzzle-puzzle* logis. Green and Noice (1998) dan Isen

(2008), mengungkapkan bahwa *mood* yang positif memicu kreatifitas dan imajinasi, hal ini ditemukan pada subjek-subjek dalam penelitian (Wijayanti et al., 2019), bahwa mereka yang mempunyai *mood* positif mempunyai gaya berpikir yang lebih fleksibel dan konteks kognitif yang lebih luas daripada subjek-subjek dengan *mood* yang negatif. Fungsi akademis yang terganggu dikarenakan menurunnya *well-being* adalah hasil yang tidak menguntungkan dan dapat berlangsung lama sampai usia dewasa. *Academic Success* yang dimanifestasikan pada prestasi yang bagus di sekolah, adalah sebuah pusat sumber distribusi dari adanya kesempatan dalam kehidupan dan perspektif untuk masa depan. *Academic success* mempunyai pengaruh terhadap indikator kesuksesan secara materi, seperti penghasilan, dan status sosial (Johnson et al, 2010; Steinbach, 2006, dalam (Wijayanti et al., 2019).

Permasalahan yang muncul bagi siswa yang sekolah dan tinggal di pondok pesantren menurut penelitian dari Hamdana (2015), pada umumnya disebabkan karena ketidakmampuan siswa beradaptasi dengan pola dan model kehidupan di pondok pesantren yang tertata dan penuh dengan keterbatasan, sehingga membuat mereka merasa tertekan. Tekanan yang dirasakan remaja secara psikologis tersebut seperti kamar yang dihuni oleh banyak orang, tidak ber AC sehingga terasa sesak dan panas, kamar mandi dan toilet yang dipakai secara bersamaan yang membuat antrian bagi para siswa. Siswa mengeluh dengan kondisi dan keadaan di pondok pesantren, mulai dari keamanan, kenyamanan, porsi makan yang terbatas, sampai pada fasilitas yang tidak mendukung, ditambah tugas-tugas sekolah yang cukup banyak, serta padat dan ketatnya kegiatan di pondok pesantren membuat para siswa merasa tertekan dan terkekang, akhirnya membuat siswa sering meninggalkan pondok pesantren, tidak mengikuti kegiatan-kegiatan yang dilaksanakan di pondok pesantren dan sekolah, sering sakit-

sakitan dan berbagai kondisi psikologis lainnya muncul sebagai akibat ketidakbetahan dan penolakan siswa terhadap kondisi kehidupan pondok pesantren (Hamdana, 2015).

Menurut hasil penelitian Hamdana (2015), apa yang dijelaskan di atas mengenai tekanan yang dialami oleh remaja yang sekolah dan tinggal di pondok pesantren merupakan bentuk evaluasi negatif yang dilakukan siswa terhadap kehidupan di asrama. Sementara itu, bentuk evaluasi positif siswa terhadap kehidupan dan kondisi di asrama juga mampu untuk membuat siswa lebih mandiri, bertanggung jawab, lebih terarah dan fokus dalam belajar, yang berdampak pada pencapaian prestasi belajar yang maksimal dan memuaskan. Kedua sisi evaluasi siswa (positif dan negatif) terhadap kehidupan di pondok pesantren tersebut menjadi hal yang menarik untuk diteliti lebih dalam.

Menurut Seligman (Wijayanti et al., 2019) bahwa asal usul kesejahteraan psikologis berasal dari lingkungan. Untuk siswa, sekolah merupakan setting yang ideal untuk mengajarkan “well-being” karena remaja menghabiskan banyak waktu mereka di sekolah. Para ahli menekankan tiga alasan mengapa mengajarkan “well-being” itu penting untuk dilakukan, pertama adalah peningkatan dari kekuatan akan emosi positif diantara para remaja, keterlibatan dan pemaknaan kehidupan akan menjadi penangkal dari depresi, meningkatkan kepuasan hidup, memfasilitasi pembelajaran dan berpikir positif (Seligman et al, 2009). Yates (Wijayanti et al., 2019) memberikan penekanan, bahwa pendidikan mempunyai tujuan yang signifikan untuk membantu para remaja dalam mengembangkan ketrampilan dan kemampuan untuk hidup dengan lebih baik dan menambah kohesi sosial. The National Scientific Council on Developing Child (Wijayanti et al., 2019) menyatakan bahwa fokus harus ditujukan pada *emotional well-being* (kesejahteraan emosional) para siswa dan kapabilitas sosial yang terkoneksi dengan kemampuan kognitif dan akademis. Penemuan-penemuan tersebut

mengindikasikan bahwa *well-being* sebagai sebuah indikator untuk mempromosikan kesehatan mental dari para remaja sudah seharusnya diajarkan di sekolah.

Berdasarkan temuan peneliti di lapangan terkait kesejahteraan subjektif, peneliti melakukan wawancara di MTs Ma'arif Darussolihin Yogyakarta pada hari Jum'at 10 Januari 2020. Wawancara dilakukan terhadap 10 orang siswa yang mewakili kelas 7, 8 dan 9. MTs Ma'arif Darussolihin Yogyakarta adalah salah satu sekolah yang menerapkan kebijakan wajib tinggal di pondok pesantren bagi siswanya. Hasil wawancara dari 10 orang siswa tersebut ditengarai terdapat siswa yang memiliki kesejahteraan subjektif rendah. Pada aspek afektif masih rendah karena siswa lebih banyak merasakan afek negatif dibanding afek positif.

Aspek afektif yang berupa evaluasi afektif individu terhadap kehidupannya. Aspek afektif ditunjukkan dengan keseimbangan antara afek positif dan afek negatif yang dapat diketahui dari frekuensi individu merasakan afek positif dan afek negatif yang dialami individu setiap harinya. Pada aspek positif siswa mengatakan tidak merasa gembira bercanda dengan temannya di pondok pesantren. Siswa lain mengatakan merasa tidak yakin dan pesimis bisa berhasil meraih sesuatu yang diharapkan. Siswa lain mengatakan tidak merasa senang karena sering disakiti hatinya oleh temannya di pondok pesantren.

Pada aspek negatif siswa mengatakan sering merasa sedih karena dimarahi oleh temannya yang lebih senior di pondok. Siswa lain mengatakan merasa jengkel disaat tidak dihargai oleh temannya sendiri. Ada pula yang mengatakan merasa sedih karena dikucilkan dan disakiti oleh teman di pondok. Siswa lain mengatakan merasa sedih karena susah jika disuruh menghafal Al-Qur'an. Siswa lain juga mengatakan merasa sedih karena beberapa barang hilang dicuri oleh temannya, merasa sedih karena porsi

makan yang terbatas dan merasa kecewa karena fasilitas pondok yang tidak mendukung. Pada aspek kognitif ditengarai masih rendah, aspek kognitif yaitu evaluasi yang berasal dari diri individu dimana masing-masing individu merasakan bahwa kondisi kehidupannya berjalan dengan baik. Siwa mengatakan “saya kurang puas terhadap hidup saya karena terlalu terkekang”, siswa lain mengatakan “saya kurang puas dengan kehidupan saya karena banyak yang membenci saya di pondok”. Ada pula yang mengatakan “saya belum puas terhadap hidup saya karena belum bisa mencapai target hafalan Al-Qur’an”. Siswa lain mengatakan tidak puas tidak nyaman karena kondisi pondok yang berbeda dengan kondisi di rumah, seperti kamar yang dihuni oleh banyak orang, kamar mandi dan toilet yang dipakai secara bersamaan yang membuat antrian bagi para siswa.

Selanjutnya pada tanggal yang sama yaitu tanggal 10 Januari 2020 peneliti juga melakukan observasi terhadap lingkungan kelas yang berada di lantai 1 dan lantai 2 MTs Ma’arif Darussolihin tersebut saat proses belajar mengajar untuk kelas yang berada di lantai 2 sedang direnovasi dan belum selesai renovasi sehingga siswa tetap memakai kelas tersebut yang sangat tidak nyaman karena saat hujan lantai ruang kelas tersebut basah karena atap bocor, sehingga para siswa tidak mengenakan sepatu saat proses belajar mengajar. Dari 10 siswa yang peneliti wawancara 8 orang mengeluh karena kondisi tersebut membuat proses belajar menjadi tidak nyaman. Para siswa tersebut merasa tidak puas terhadap fasilitas yang diberikan oleh sekolah.

Hasil wawancara pada siswa tersebut didukung oleh hasil wawancara peneliti pada 1 guru wali kelas dan 1 guru mata pelajaran pada tanggal yang sama 10 Januari 2020. Berdasarkan hasil wawancara tersebut ditengarai siswa merasa kurang bebas untuk menggali potensi diri dan rendah dalam menentukan pilihannya dan beberapa siswa merasa tidak betah dan tidak tahan dengan mengikuti kehidupan di pondok

pesantren karena waktu istirahat sangat sedikit. Sehabis sekolah langsung melakukan kegiatan di pondok pesantren seperti menghafal Al-Qur'an dan kegiatan pondok pesantren yang lain.

Berdasarkan hasil wawancara pada siswa dan guru dapat disimpulkan bahwa kesejahteraan subjektif siswa kelas 7,8 dan 9 pada siswa MTs Ma'arif Darussolihin Yogyakarta yang tinggal di pondok pesantren masih tergolong rendah yaitu tidak merasakan kepuasan hidup, merasakan bahwa kondisi kehidupannya tidak berjalan dengan baik, banyak merasa sedih (afek negatif) dibandingkan merasa senang (afek positif) karena tidak betah dan tidak tahan mengikuti kehidupan di pondok pesantren, merasa dirinya tersisihkan oleh orangtua dan merasa kurang diperhatikan oleh orangtuanya. Penelitian tentang kesejahteraan subjektif perlu dilakukan karena mempunyai pengaruh yang menguntungkan pada perfomasi kognitif remaja dan motivasi akademis yang tinggi.

Menurut Diener (2013) faktor-faktor yang mempengaruhi kesejahteraan subjektif adalah harga diri, kepribadian, optimisme, dukungan sosial, pengaruh masyarakat dan budaya, proses kognitif, serta faktor demografis seperti (jenis kelamin, usia, status pernikahan dan pendapatan).

Faktor internal yang dipilih yaitu harga diri karena menurut Diener & Diener (1996) mengemukakan bahwa harga diri berperan penting pada diri seseorang. Bahkan masyarakat dalam negara yang menganut paham individualistik menjadikan harga diri sebagai penentu dari kepuasan hidup. Dengan memiliki harga diri yang tinggi membuat individu dapat mengembangkan dirinya sehingga dapat merasakan kepuasan hidup. Seseorang yang merasakan kepuasan hidup maka akan tercipta kesejahteraan yang

menimbulkan afek atau perasaan positif dan mengurangi afek atau perasaan negatif Diener & Diener (1996).

Goodman & Coopersmith (1969), harga diri merupakan evaluasi yang dibuat individu dan kebiasaan memandang dirinya, terutama sikap menerima, menolak, dan indikasi besarnya kepercayaan individu terhadap kemampuan, keberartian, kesuksesan, keberhargaan. Secara singkat, harga diri adalah personal judgment mengenai perasaan berharga atau berarti yang ekspresikan dalam sikap-sikap individu terhadap dirinya. Coopersmith 1967 (Khairat & Adiyanti, 2016) menyatakan individu yang memiliki harga diri yang tinggi akan lebih bahagia dan lebih mampu menghadapi tantangan dari lingkungan. Menurut Heartherton & Wyland (Khairat & Adiyanti, 2016) sebagian besar individu dengan harga diri yang tinggi menjalani kehidupan yang bahagia dan produktif, sedangkan individu dengan harga diri yang rendah memiliki persepsi negatif dalam memandang diri dan lingkungannya.

Harga diri menurut Coopersmith (1967) ada empat aspek yaitu *power* (kekuatan), *significance* (keberartian), *virtue* (kebijakan), dan *competence* (kompetensi). Pada masa remaja, harga diri ditemukan mengalami penurunan terkait dengan pubertas, kapasitas remaja berpikir abstrak tentang dirinya dan masa depan, serta transisi ke konteks sosial yang lebih menantang Robin & Trzesniewski (Khairat & Adiyanti, 2016). Penelitian longitudinal yang dilakukan selama 17 tahun di Norwegia menemukan harga diri individu ketika usia 14 hingga 23 tahun cenderung tinggi dan stabil Birkeland dkk (Khairat & Adiyanti, 2016).

Remaja yang memiliki harga diri yang tinggi akan memiliki penilaian diri yang positif Schraml dkk (Khairat & Adiyanti, 2016). Teori *top-down* dari teori yang melandasi kesejahteraan subjektif menegaskan individu memiliki pikiran yang positif

dalam menafsirkan berbagai peristiwa dalam dalam hidupnya sehingga menimbulkan rasa bahagia dan kepuasan Diener & Ryan (Khairat & Adiyanti, 2016). Pikiran positif yang dimaksud dalam teori ini berasal dari adanya kecenderungan yang melekat pada individu, yang dilihat pada *trait* kepribadian, sikap, atau cara individu menginterpretasikan pengalaman hidupnya Compton (Khairat & Adiyanti, 2016). Harga diri merupakan salah satu variable kepribadian yang cukup konsisten berkaitan dengan kesejahteraan subjektif. Penelitian yang dilakukan (Khairat & Adiyanti, 2016) menyimpulkan bahwa subjek yang memiliki harga diri positif memiliki kesejahteraan subjektif yang tinggi. Remaja yang memiliki harga diri positif mampu mengevaluasi dirinya secara positif dan memiliki standar ideal bagi dirinya.

Selanjutnya faktor eksternal yang dipilih yaitu dukungan sosial. Dukungan sosial dipilih sebagai faktor eksternal karena menurut Barrera, Sandler, Ramsay (Ikromi et al., 2019) menjelaskan tentang konsep dukungan sosial, yaitu semua bentuk pertolongan dan bantuan yang diberikan kepada seseorang oleh orang-orang di sekitarnya, seperti anggota keluarga, teman, tetangga dan orang lain dalam ruang lingkup interaksi sosial dengan orang banyak.

Dukungan sosial menurut Sarafino (2011) adalah perasaan kenyamanan, perhatian, penghargaan, atau bantuan yang diterima dari orang atau kelompok lain. Sarafino menambahkan bahwa orang yang menerima dukungan sosial memiliki keyakinan bahwa mereka dicintai, bernilai, dan merupakan bagian dari kelompok yang dapat menolong mereka ketika membutuhkan bantuan.

Aspek-aspek dukungan sosial menurut Sarafino (2006), terdapat lima bentuk dukungan sosial yaitu: dukungan emosional (dukungan dalam bentuk kasih sayang, penghargaan, perasaan didengarkan, perhatian dan kepercayaan), dukungan

penghargaan (dukungan dalam bentuk penilaian, penguatan dan umpan balik), dukungan informasi (dukungan dalam bentuk informasi, nasehat dan saran), dukungan instrumental (sarana yang tersedia untuk menolong individu melalui waktu, uang, alat, bantuan dan pekerjaan), dukungan kelompok (keterlibatan dan pengakuan sebagai bagian dari kelompok yang memiliki minat aktivitas sosial yang sama).

Dukungan sosial membantu remaja dalam menyesuaikan diri, melakukan peran sosial seperti membina hubungan dengan teman, mencapai kemandirian, mencapai kemandirian secara emosional dari orangtua dan orang dewasa lainnya, mengurangi tekanan emosional, sehingga dapat merubah suasana hati ke arah yang lebih positif, untuk dapat meningkatkan kesejahteraan subjektif Demaray dan Malecki (Putri, 2016). Selanjutnya, kehadiran dukungan sosial dapat berpengaruh pada perkembangan sosial emosi remaja, serta memberikan kontribusi pada peningkatan kesejahteraan subjektif remaja Cohen, Gottlieb, dan Underwood (Putri, 2016).

Penelitian yang dilakukan Li, Yu, & Zhou (Wicaksana & Shaleh, 2017) menjelaskan bahwa dukungan sosial memiliki hubungan yang positif dengan kesejahteraan subjektif, yaitu semakin tinggi atau banyak dukungan sosial yang diberikan kepada seseorang maka semakin tinggi tingkat kesejahteraan subjektif orang tersebut. Hasil penelitian (Tarigan, 2018), menjelaskan bahwa semakin tinggi dukungan sosial maka semakin tinggi juga kesejahteraan subjektif dan sebaliknya semakin rendah dukungan sosial maka akan semakin rendah kesejahteraan subjektif pada remaja.

Kesejahteraan subjektif merupakan suatu kajian yang telah berlangsung dalam waktu kewaktu dan berbagai penelitianpun telah dilakukan. Harga diri merupakan hal yang sangat berkaitan dengan kesejahteraan subjektif. Adapun dukungan sosial sangat

berpengaruh terhadap kesejahteraan subjektif remaja. Berdasarkan latar belakang yang telah disusun di atas menunjukkan fenomena kesejahteraan subjektif yang masih rendah pada remaja, sehingga peneliti tertarik untuk meneliti lebih jauh tentang kesejahteraan subjektif.

Berdasarkan latar belakang di atas dan permasalahan yang dialami oleh siswa MTs, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan rumusan masalah sebagai berikut: Apakah ada hubungan antara Harga Diri dan Dukungan Sosial dengan Kesejahteraan Subjektif pada Siswa MTs yang Tinggal di Pondok Pesantren?

## **B. Tujuan dan Manfaat Penelitian**

### **1. Tujuan**

Berdasarkan rumusan masalah di atas, penelitian ini bertujuan untuk:

- a. Untuk mengetahui hubungan antara harga diri dengan kesejahteraan subjektif pada siswa MTs yang tinggal di pondok pesantren.
- b. Untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial dengan kesejahteraan subjektif pada siswa MTs yang tinggal di pondok pesantren.
- c. Untuk mengetahui hubungan antara harga diri dan dukungan sosial secara bersama-sama dengan kesejahteraan subjektif pada siswa MTs yang tinggal di pondok pesantren.

### **2. Manfaat Penelitian**

#### **a. Manfaat Teoritis**

Memberikan informasi mengenai harga diri, dukungan sosial dan kesejahteraan subjektif pada remaja sehingga menambah dan memperkaya referensi ilmu pengetahuan di bidang psikologi secara umum dan Psikologi Pendidikan secara khusus.

#### **b. Manfaat Praktis**

## 1. Bagi Sekolah

Penelitian ini diharapkan dapat berguna bagi sekolah dan dapat memberikan informasi kepada sekolah mengenai hubungan harga diri dan dukungan sosial dengan kesejahteraan subjektif pada siswa MTs yang tinggal di pondok pesantren dan untuk mengetahui prediktor apa saja yang memiliki hubungan dengan kesejahteraan subjektif pada siswa MTs yang tinggal di pondok pesantren, sehingga bisa dijadikan acuan untuk melakukan tindakan intervensi misalnya sekolah dapat meningkatkan dan mengembangkan harga diri pada siswa melalui berbagai kegiatan antara lain mengundang narasumber untuk mengadakan webinar dengan tema pengembangan harga diri.

## 2. Bagi Orangtua

Dengan penelitian ini diharapkan orangtua dapat mengetahui bahwa ada hubungan antara harga diri dan dukungan sosial dengan kesejahteraan subjektif, sehingga orangtua akan berpartisipasi dan terlibat secara efektif dalam hal memberikan dukungan terhadap anaknya seperti memberikan semangat dan memperhatikan anaknya yang tinggal jauh di pondok pesantren agar kesejahteraan subjektif remaja semakin meningkat.

### C. Keaslian Penelitian

Ada beberapa penelitian terdahulu yang berkaitan dengan kesejahteraan subjektif. Beberapa penelitian terdahulu yang relevan dan mempunyai ketertarikan dengan variabel-variabel yang akan dilakukan dalam penelitian ini antara lain:

1. Penelitian (Khairudin & Mukhlis, 2019) dengan judul “Peran Religiusitas dan Dukungan Sosial terhadap *Subjective Well-Being* pada Remaja”. Hasil analisis menunjukkan hubungan yang signifikan antara religiusitas dan dukungan sosial dengan *subjective well-being* pada remaja, yang berarti semakin tinggi religiusitas dan dukungan sosial maka semakin tinggi *subjective well-being* pada remaja. Sumbangan efektif religiusitas dan dukungan sosial terhadap *subjective well-being* sebesar 3,2%.

Persamaan penelitian (Khairudin & Mukhlis, 2019) dengan penelitian ini yaitu variabel tergantung nya *subjective well-being* dan salah satu variabel bebasnya dukungan sosial. Beberapa perbedaan penelitian (Khairudin & Mukhlis, 2019) dengan penelitian ini yaitu:

- a. Variabel bebas X1 yang digunakan Khairudin berbeda dengan penelitian ini. Penelitian ini menggunakan variabel X1 harga diri.
  - b. Alat ukur yang digunakan Khairudin untuk mengukur *subjective well-being* menggunakan skala *Positive Affect and Negative Affect Scales* yang dikembangkan oleh Watson dkk, sedangkan penelitian ini menggunakan skala kesejahteraan subjektif yang dibuat oleh peneliti sendiri.
2. Penelitian (Nazwirman et al., 2019) dengan judul “Pengaruh Dukungan Sosial dan Work Family Conflict Terhadap Subjective Well-Being (Studi Pada Ibu Rumah Tangga Bekerja dan Membuka UMKM di Kampung Wisata Bisnis Bogor)”. Hasil penelitian secara analisis parsial terdapat pengaruh signifikan positif Dukungan Sosial terhadap *Subjective Well Being*. Secara parsial terdapat pengaruh signifikan

negatif *Work-Family Conflict* terhadap *Subjective Well-Being*. Secara simultan terdapat pengaruh Dukungan sosial dan *Work-family conflict* terhadap *Subjective Well-Being*. Secara bersama-sama Dukungan Sosial dan *Work-family conflict* berpengaruh dan signifikan positif terhadap *Subjective Well-Being*.

Beberapa perbedaan yang terdapat dalam penelitian ini yaitu:

- a. Variabel bebas yang digunakan Nazwirman et al. (2019) *work family conflict*, sedangkan penelitian ini menggunakan variabel harga diri.
  - b. Teori yang digunakan Nazwirman et al. (2019) pada *Subjective Well Being* menggunakan teori dari Russel, sedangkan dalam penelitian ini menggunakan teori Diener (2000).
  - c. Teknik pengambilan sampel yang digunakan Nazwirman et al. (2019) yaitu *purposive sampling*, sedangkan dalam penelitian ini menggunakan teknik *Proportionate Stratified Random Sampling* yaitu teknik pengambilan dilakukan sampel bila populasi mempunyai anggota/unsur yang tidak homogen dan berstrata secara proporsional.
3. Penelitian Wicaksana & Shaleh (2017) dengan judul “Pengaruh Optimisme dan Social Support Terhadap *Subjective Well-being* Pada Anggota Bintara Pelaksana POLRI”. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan optimisme dan *social support* terhadap *subjective well-being*. Hasil uji hipotesis minor menemukan bahwa terdapat tiga variabel yang mempengaruhi secara signifikan, yaitu *personalization*, dukungan penghargaan dan dukungan jejaring sosial. Sedangkan *permanent*, *pervasiveness*, dukungan instrumental, dukungan informasional, dan dukungan emosional tidak signifikan mempengaruhi *subjective well-being*.

Persamaan yang terdapat pada penelitian ini yaitu:

- a. Variabel terikat yang digunakan sama yaitu *subjective well-being* dan salah satu variabel bebas nya juga sama yaitu dukungan sosial / *social support*.
- b. Analisis data menggunakan analisis regresi berganda.

Beberapa perbedaan yang terdapat pada penelitian ini:

- a. Salah satu variabel bebas yang digunakan dalam penelitian Wicaksana & Shaleh (2017) adalah optimisme sedangkan penelitian ini harga diri.
  - b. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian Wicaksana & Shaleh (2017) adalah teknik *accidental-probability* sedangkan dalam penelitian ini menggunakan teknik *Proportionate Stratified Random Sampling*.
4. Penelitian Rahmanillah dkk, (2018) dengan judul “Pengaruh *Social Support* dan *Self-esteem* Terhadap *Subjective Well-being* Remaja Korban *Bullying* di Pondok Pesantren”. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh yang signifikan antara *social support* dan *self-esteem* terhadap *subjective well-being*. Proporsi varians dari *subjective well-being* yang dijelaskan oleh semua independent variable adalah sebesar 22,6%, sedangkan 77,4% sisanya dipengaruhi oleh variabel lain di luar penelitian.

Persamaan yang terdapat pada penelitian ini yaitu:

- a. Variabel terikatnya *subjective well being* dan kedua variabel bebas nya *self-esteem* (harga diri) dan dukungan sosial (*social support*).
- b. Teknik analisa data nya menggunakan analisis regresi berganda.

Beberapa perbedaan yang terdapat pada penelitian ini yaitu:

- a. Teori yang digunakan untuk menjelaskan kesejahteraan subjektif oleh Rahmanillah dkk, (2018) tidak ada, sedangkan dalam penelitian ini menggunakan teori Diener (2000).

- b. Subjek penelitian yang digunakan dalam penelitian Ramanillah dkk (2018) adalah santri pondok pesantren usia 15-18 tahun korban bullying lebih dari 1 kali, sedangkan dalam penelitian ini remaja awal (12-15 tahun) siswa MTs yang tinggal di pondok pesantren.
5. Penelitian Utami et al. (2018) dengan judul “*Self-esteem, forgiveness, perception of family harmony, and subjective well-being in adolescents*”. Hasil analisis regresi berganda menunjukkan bahwa harga diri, sikap memaafkan dan persepsi keharmonisan keluarga secara simultan berperan sebagai prediktor kesejahteraan subjektif pada remaja 38,7% varian kesejahteraan subjektif pada remaja penelitian ini dipengaruhi oleh harga diri, sikap memaafkan, dan persepsi keharmonisan keluarga, sedangkan 61,3% dipengaruhi oleh variabel lain.

Persamaan yang terdapat pada penelitian ini yaitu:

- a. Variabel terikat yang digunakan sama yaitu *subjective well-being* dan salah satu variable bebasnya juga sama yaitu *self-esteem* (harga diri).
- b. Analisis data sama-sama menggunakan analisis regresi berganda

Beberapa perbedaan yang terdapat pada penelitian ini:

- a. Sebelum melakukan analisis regresi berganda dilakukan uji multikolinieritas untuk mengetahui apakah variabel bebas (prediktor) berhubungan satu sama lain secara mendekati sempurna, sedangkan penelitian ini tidak menguji hubungan antara variable bebasnya.
- b. Subjek penelitian yang digunakan dalam penelitian Utami et al. (2018) remaja dengan rentang usia 12 sampai 21 tahun (12-15 tahun sebagai remaja awal; 15-18 tahun sebagai pertengahan masa remaja; dan 18- 21 tahun sebagai remaja akhir), sedangkan penelitian ini menggunakan remaja awal (12-15 tahun).

Berdasarkan uraian di atas disimpulkan bahwa yang menjadi keaslian penelitian pada penelitian ini pada dasarnya memiliki kesamaan-kesamaan tertentu dengan penelitian sebelumnya pada variabel penelitian, teknik sampel dan metode analisa data. Terdapat pula perbedaan-perbedaan yang dapat memberikan sebuah penjabaran bahwa bahwa penelitian ini memiliki perbedaan dengan penelitian sebelumnya misal variabel bebas yang dipilih oleh peneliti, dalam penelitian ini yang menjadi variabel bebas yaitu harga diri dan dukungan sosial, sementara yang menjadi variabel terikat yaitu kesejahteraan subjektif. Untuk subjek penelitian yang dipilih oleh peneliti yaitu siswa MTs Darussholihin yang tinggal di pondok pesantren. Teknik penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yaitu *Proportionate Stratified Random Sampling* adalah teknik yang digunakan bila populasi mempunyai anggota/unsur yang tidak homogen dan berstrata secara proporsional yang merupakan kelebihan dari penelitian ini.