

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Permasalahan

Perkembangan kepribadian dalam perkembangan remaja memiliki arti yang khusus, namun pada masa remaja itu pula seseorang mempunyai tempat yang tidak jelas atau membingungkan dalam rangkaian proses perkembangannya (Mönks, Knoers, & Haditono, 2006). Hal tersebut dikarenakan bahwa masa remaja (*adolescence*) merupakan masa perkembangan yang berlangsung pada masa transisi dari masa anak-anak menuju masa dewasa (King, 2010). Mönks, Knoers dan Haditono (2006) menambahkan bahwa remaja pada posisi di antara masa anak-anak dan dewasa maka remaja masih belum mampu sepenuhnya menguasai fungsi fisik dan psikisnya. Hal itu dipengaruhi oleh proses perubahan biologis, kognitif, dan sosio-emosional yang terjadi pada remaja di masa transisi (Santrock, 2002).

Masa perkembangan remaja merupakan masa kritis dimana terjadi peralihan perkembangan dari masa anak-anak menuju masa dewasa mengenai fungsi mental, fisik, dan psikologis dirinya (Santrock, 2002). Kebanyakan remaja cenderung masih labil dalam bertindak, namun selalu ingin mencoba hal-hal baru dan mendapat pengakuan atas jati dirinya selayaknya orang dewasa sehingga ketika mereka tidak mampu memilah berbagai informasi yang diperoleh dari lingkungan sekitarnya dengan baik dan benar, mereka cenderung melakukan kenakalan dan tindakan kriminalitas remaja (Prabowo, 2016).

Tidak banyak orang dewasa yang memisahkan awal masa remaja dengan akhir masa remaja, akibatnya masa remaja cenderung diingat sebagai usia yang

tidak bahagia (Hurlock, 1980). Remaja yang bahagia dan juga mampu menghadapi masalah hidupnya akan menciptakan kesejahteraan psikologis yang baik. Hal ini dikarenakan bahwa seorang anak yang mampu menciptakan kesejahteraan psikologis yang baik merupakan hal penting yang harus di perhatikan, jika remaja merasa sejahtera dan bahagia akan berdampak pada kehidupannya yang positif dan akan lebih mampu menerima kelebihan dan kekurangan yang ia miliki sehingga remaja lebih positif dalam memandang masa depannya (Linawati & Desiningrum, 2017).

Menurut Ryff & Keyes (1995) kesejahteraan psikologis adalah pencapaian penuh dari potensi psikologis individu dan suatu keadaan ketika individu dapat menerima kekuatan serta diri apa adanya, mengembangkan relasi yang positif dengan orang lain, menjadi pribadi yang mandiri, mampu mengendalikan lingkungan sekitarnya, memiliki tujuan serta makna hidup dan terus bertumbuh secara personal. Sejalan dengan pendapat Ryff tersebut Huppert (2009) mengatakan bahwa kesejahteraan psikologis adalah kemampuan individu dalam menjalani hidup dengan baik, hal itu di wujudkan dengan mengkombinasikan perasaan baik dan juga bisa berfungsi secara efektif. Dimensi Kesejahteraan psikologis menurut Ryff (1989) meliputi penerimaan diri, hubungan yang positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, pengembangan diri

Saat ini, kesejahteraan psikologis pada remaja masih menjadi masalah. Hal ini dibuktikan dengan hasil penelitian yang di lakukan pada siswa di SMK Negeri 26 Pembangunan Jakarta berdasarkan kategorisasi di dapatkan hasil 17 siswa dari 33 siswa memiliki tingkat kesejahteraan yang rendah yaitu sebesar 51,52% yang

memperlihatkan bahwa mayoritas siswa memiliki tingkat kesejahteraan yang rendah. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Armanda & Fithria (2018) bahwa kesejahteraan psikologis pada remaja di SMA Negeri 12 Banda Aceh adalah rendah yaitu sebanyak 57 orang (90,5%).

Hal ini juga diperkuat dengan wawancara yang dilakukan peneliti. Peneliti melakukan wawancara pada bulan November 2021 kepada 8 remaja yang memiliki saudara kandung. Jumlah partisipan yang diambil yaitu sebanyak 8 orang. Hasil wawancara menunjukkan bahwa 6 dari 8 orang tersebut kurang memiliki aspek-aspek dari kesejahteraan psikologis. Pada aspek penerimaan diri, subjek belum menyadari potensi akan dirinya. Potensi dalam diri subjek masih kurang dan hal tersebut terlihat dalam keseharian subjek yang merasa bahwa dirinya kurang berpotensi dan bermanfaat untuk oranglain.

Pada aspek hubungan positif dengan orang lain ada rasa iri yang muncul dalam diri subjek dengan lingkungan nya sendiri, subjek merasa bahwa tidak ada yang peduli terhadap subjek, akan berdampak pada sifat subjek yang tidak mau diajak bicara, dan tidak mau makan sebagai bentuk ungkapan emosi yang dilakukan subjek. Pada aspek penguasaan terhadap lingkungan, subjek merasa bahwa dirinya tidak begitu mendapatkan perhatian yang membuat hubungan subjek dengan temannya tidak begitu baik dan subjek kurang percaya diri ketika berada di lingkungan baru dan beradaptasi dengan teman baru. Pada aspek otonomi, subjek merasa bahwa dirinya kurang mandiri dalam menghadapi segala situasi yang ada. Permasalahan dalam hidup subjek, subjek harus mendapat bantuan dari oranglain dan ingin oranglain menyelesaikan masalahnya.

Pada aspek tujuan hidup, subjek merasa bahwa tujuan hidupnya tidak ada. Hal ini dikarenakan bahwa setiap subjek memiliki tujuan, subjek tidak mendapatkan hal yang dimau dan juga subjek merasa bahwa tujuan hidup tidak ada artinya. Pada aspek Pertumbuhan pribadi subjek masih merasa ingin tetap berada di zona aman yaitu mendapatkan kasih sayang penuh dari kedua orang tua. Hal ini dilakukan dengan cara membuat orang tua marah kepada saudara kandungnya. Berdasarkan pemaparan subjek di atas menunjukkan bahwa individu kurang memiliki kesejahteraan psikologis dalam dirinya dengan Kurang terpenuhi aspek aspek kesejahteraan psikologis yang ada yaitu penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan dalam lingkungan, tujuan dalam hidup, dan pengembangan diri.

Pada masa remaja baik remaja awal dan akhir, seorang remaja diharapkan mampu menciptakan kesejahteraan psikologis dalam dirinya. Hal ini dikarenakan menurut Hurlock (2002), keberhasilan remaja dalam menciptakan kesejahteraan psikologis merupakan hal yang penting. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Misero dan Hawadi (dalam Savitri & Listiyandini, 2017) didapatkan bahwa remaja yang memiliki kesejahteraan psikologis yang baik mampu merasakan kesenangan, mampu terhindar dari stress, efektif dalam memecahkan masalah, dan memiliki komitmen terhadap pencapaian dibidang akademis. Kesejahteraan psikologis yang baik mampu membimbing remaja menjadi kreatif dan memahami apa yang sedang dilakukannya, sedangkan kesejahteraan psikologis yang buruk akan membuat remaja mudah menyerah dan tidak dapat mengembangkan potensi dirinya (Bartram & Boniwell, 2007).

Hasil penelitian terdahulu menunjukkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis adalah lingkungan keluarga, spiritualitas dan harga diri. Peneliti memilih lingkungan keluarga sebagai salah satu faktor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis karena Hurlock (1980) menjelaskan bahwa salah satu hal yang memengaruhi kondisi psikologis remaja adalah hubungan positif antara remaja dengan keluarga. Maka, apabila interaksi antar anggota keluarga tidak berlangsung secara baik dapat berdampak pada tingkat kesejahteraan psikologis yang rendah (Stanescu & Romer, 2011, Ghamari, 2012). Sebagai salah satu bagian dari keberfungsian keluarga, interaksi positif dengan setiap anggota keluarga dapat mencegah remaja agar tidak terjerumus ke dalam hal-hal yang negatif atau masalah-masalah psikologis (Santrock, 2011).

Menurut Walsh (2003) keberfungsian keluarga adalah konstruk multi dimensional yang menggambarkan aktivitas dan interaksi keluarga untuk menjaga pertumbuhan dan kesejahteraan masing-masing anggota keluarga. Menurut Bano, Yousaf dan Batool (2016), keberfungsian keluarga merupakan prediktor utama dan sumber dukungan bagi kesehatan psikologis remaja, karena keluarga mampu memberikan dukungan berupa cinta, perawatan, rasa aman, saling memiliki dan komunikasi antar anggota keluarga. Keberfungsian keluarga yang efektif merupakan elemen penting yang berpotensi memengaruhi upaya remaja untuk beradaptasi dengan kondisi yang tidak menyenangkan (Richey & Duongtran, 1997). Dengan demikian, terdapat korelasi positif antara keberfungsian keluarga dan kesejahteraan psikologis (Richey & Duongtran, 1997; Stanescu & Romer, 2011)

Keberfungsiaan keluarga erat kaitannya dengan hubungan persaudaraan. hubungan yang dianggap abadi selama rentang kehidupan yakni adalah relasi saudara kandung (Noller,2005). Hal ini dikarenakan hubungan *sibling* lebih banyak menghabiskan waktu bersama dalam rentang kehidupan daripada dengan oranglain (Santoso & Handayani, dalam Mufidah, 2022). *Sibling relationship* berpengaruh terhadap koneksi dengan keluarga. Hal ini sejalan dengan teori *family system* (Cox & Paley, dalam Mufidah, 2022) dalam teori *system* keluarga menjelaskan bahwa semua individu dan pasangan dalam keluarga saling mempengaruhi antara satu sama lain. Begitu pula dalam relasi saudara kandung sangat berpengaruh terhadap psikososial individu (Noller, 2005).

Relasi saudara kandung berpengaruh besar dalam perilaku dan juga perkembangan emosional saudaranya, dalam aktivitas kerjasama, perilaku saling menolong, agresifitas, juga perilaku positif dan negatif lainnya (Hurlock, dalam Mufidah, 2022). Selain itu hubungan relasi saudara kandung juga berpotensi terjadi konflik persaingan, terjadinya kecemburuan untuk mendapatkan perhatian dari orangtua yang bisa menimbulkan konflik berkelanjutan (Connidis, 2007). Masalah dalam keluarga termasuk dalam relasi saudara kandung mempunyai korelasi negatif terhadap kepuasan hidup remaja, sehingga berakibat pada peningkatan masalah antara lain perilaku bermasalah, menurunnya prestasi akademik, penyalahgunaan zat-zat terlarang, yang berdampak pada Kesehatan mental dan kesejahteraan psikologis (Shek, dalam Mufidah, 2022). Adanya konflik pada relasi saudara kandung dapat menyebabkan resiko depresi dan menyakiti diri sendiri pada jenjang perkembangan selanjutnya (Bowesetal., dalam Mufidah,

2022). Pertengkaran antara saudara kandung atau *sibling rivalry* terjadi akibat dari perbedaan pengasuhan orangtua dalam keluarga. Akibat dari adanya perbedaan perlakuan yang diberikan kepada anak maka muncul rasa bersaing dengan saudara kandung (Dottan & Cohen, dalam Mufidah, 2022).

Sibling rivalry merupakan semangat persaingan, kecemburuan dan kebencian yang timbul pada dua atau lebih saudara kandung (Shaffer, 2007). Volling, Kennedy dan Jackey (2010) mengatakan bahwa *sibling rivalry* adalah bentuk iri, dendam, dan pembalasan dendam yang menyebabkan terjadinya hubungan yang negatif diantara anak yang lebih tua dan lebih muda dalam keluarga. *Sibling rivalry* memiliki arti perilaku antagonis atau permusuhan yang terjadi antar saudara kandung dengan seringkali ditandai dengan perselisihan dalam memperebutkan waktu, perhatian, cinta, dan kasih sayang orang tua yang diberikan pada masing-masing anaknya (Boyle, 1999). Menurut Shaffer (2007) terdapat tiga aspek *sibling rivalry* yaitu: Berperilaku agresif atau resentment (suka memaki/mengejek dan kontak fisik, merusak barang atau properti di sekitar, kemarahan dan perkelahian). Kompetisi atau semangat untuk bersaing (tidak mau kalah, kurangnya interaksi yang ramah dan berperilaku jahat). Perasaan iri atau cemburu dengan mencari perhatian (menjadi pengadu dan meningkatnya kekhawatiran).

Fenomena yang sering terjadi dimasyarakat, individu yang mengalami kecemburuan dengan saudara memiliki tingkah laku yang manja dan rewel. Ketika ibu memberikan suatu barang kepada salah satu anak, saudara lainnya juga menuntut untuk diberikan barang yang sama. Apabila permintaan tidak segera

dipenuhi maka anak akan marah dan tidak mau makan. Ada pula yang saling memukul bahkan saling membenci antara anak satu dengan yang lain (Masruroh & Ramadhana, 2016). Hasil penelitian dari Boyle (dalam Masruroh & Ramadhana, 2016) bahwa *sibling rivalry* jika tidak diatasi pada masa anak-anak awal dapat menimbulkan pola perilaku yang tersimpan di alam bawah sadar selama bertahun-tahun, dan muncul pada usia 12-18 tahun dalam berbagai bentuk dan perilaku yang merusak. *Sibling rivalry* juga menimbulkan efek negatif pada penyesuaian sosial individu, karena *sibling rivalry* dapat memengaruhi semua hubungan antara anggota keluarga dan hubungan sosial, karena melekat dalam diri individu dan dibawa ke luar rumah untuk diterapkan dalam hubungannya dengan teman sebaya (Hurlock, 2013).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Buist (2013) memperlihatkan bahwa individu yang memiliki *sibling rivalry* rendah dapat meningkatkan rasa aman, dan dapat terhindar dari ketidakmampuan penyesuaian diri, regulasi emosi yang baik dan perilaku prososial, karena saudara dapat bertindak sebagai faktor untuk menyelesaikan masalah yang berasal dari lingkungan. Sebaliknya individu yang memiliki *sibling rivalry* tinggi dapat menimbulkan kecemasan, depresi, harga diri dan penyesuaian yang buruk di sekolah (Dunn, Slomkowski, Beardsall, & Rende dalam Maiorano, 2010). Hal ini sejalan dengan pendapat Stocker, Lanthier, & Furman (dalam Buist, 2013), bahwa konflik di dalam hubungan saudara pada awal masa dewasa berkaitan dengan penyesuaian psikologis yang buruk.

Berdasarkan uraian diatas maka rumusan masalah penelitian ini sebagai berikut: “apakah terdapat hubungan antara sibling rivalry dengan Kesejahteraan psikologis pada remaja”?

B. Tujuan Penelitian Dan Manfaat Penelitian

1. Tujuan penelitian

Tujuan penelitian yaitu untuk mengukur adanya hubungan antara *sibling rivalry* dengan Kesejahteraan psikologis pada remaja.

2. Manfaat penelitian

a. Manfaat teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat terkait kajian-kajian dengan topik pengembangan Kesejahteraan psikologis dan *sibling rivalry* pada saat remaja, serta dapat menambah referensi penelitian bagi pengembangan ilmu psikologi, khususnya bidang psikologi perkembangan, psikologi keluarga dan psikologi positif. Manfaat bagi pengembangan ilmu psikologi diantaranya: psikologi perkembangan, psikologi keluarga, psikologi positif

b. Manfaat praktis

Manfaat dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi pada siswa terkait pentingnya menjaga hubungan yang baik dengan keluarga khususnya hubungan dengan saudara kandung sehingga tercapai Kesejahteraan psikologis yang baik pada siswa, siswa akan mudah untuk dibina menjadi individu yang optimis, kreatif, dapat mengaktualisasikan potensi dirinya dan bertanggungjawab dalam hidupnya