

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Manusia merupakan makhluk sosial yaitu makhluk yang dapat menciptakan suatu hubungan dengan manusia lainnya, yang berarti bahwa manusia tidak dapat hidup masing-masing melainkan membutuhkan bantuan dari manusia lainnya. Pada dasarnya manusia diciptakan secara berpasang-pasangan dengan berjenis kelamin laki laki dan perempuan yang bertujuan untuk melengkapi satu sama lain. Menurut (Bangun 2020) jenis kelamin merupakan perbedaan dalam hal perilaku antara laki-laki dan perempuan. Selanjutnya (Tupamahu 2020) menjelaskan jenis kelamin merupakan suatu konsep kultural yang dapat digunakan untuk perbedaan peran, mentalitas, perilaku, dan perkembangan karakteristik emosional antara laki-laki dan perempuan di lingkungan masyarakat. Perbedaan jenis kelamin antara laki-laki dan perempuan dapat dilihat berdasarkan keyakinan atau sudut pandang dengan kesadaran bahwa berhubungan terhadap orang lain diajarkan dari kebudayaan dan masyarakat (Handayani dan Daherman 2020)

Perbedaan jenis kelamin menghasilkan perbedaan suatu peran sehingga laki-laki dan perempuan memiliki perbedaan dalam suatu keadaan tertentu yang menyangkut perilaku, tugas, kekuasaan, dan kewajiban(Umar dan Khatimah 2019). Hal tersebut sejalan dengan penelitian terdahulu yang menyatakan terdapat perbedaan laki-laki dan perempuan menunjukkan pada relawan sosial dengan perolehan hasil penelitian yaitu terdapat perbedaan yang signifikan pada perilaku prososial antara laki-laki dan perempuan, dapat dijelaskan bahwa perempuan lebih memiliki perilaku sosial dibandingkan dengan laki-laki. Relawan sosial perempuan menunjukkan pada beberapa aspek yaitu persahabatan, perbuatan jujur dan pemberian. Sedangkan relawan sosial laki-laki menunjukkan pada aspek kerjasama dan menolong (Fitroh et al. 2019). Remaja laki-laki memiliki kecenderungan untuk memilih perilaku-perilaku yang membuat dirinya senang, laki-laki lebih mengarah pada banyaknya terlibat konflik, mengambil risiko,

kompetisi dan menunjukkan egonya dibandingkan dengan wanita Santrock (dalam Yuliani 2018).

Remaja atau bisa disebut *adolescence* merupakan bahasa latin yang artinya tumbuh menjadi dewasa. Menurut Santrock (2003) remaja adalah peralihan dari masa anak-anak menuju dewasa dengan adanya perubahan biologis, kognitif dan sosial emosional. Pada dasarnya rentang usia remaja terbagi menjadi 3 yaitu, masa remaja awal 12-15 tahun, masa remaja pertengahan 15-18 tahun, dan masa remaja akhir 18-21 tahun. Masa remaja merupakan fase dimana terdapat perubahan-perubahan nilai dan harapan dalam dirinya maupun dari sekitar lingkungannya. Pada masa remaja ini, seseorang akan mengalami pengalaman-pengalaman baru sehingga remaja merasa kesulitan menanggapi terhadap perubahan-perubahan yang dialaminya (Santrock 2003).

Menurut Santrock (dalam Heng et al. 2020) terdapat tiga masalah utama remaja yaitu perkembangan orientasi seksual yang memuaskan, pengadaptasian nilai-nilai untuk diyakini dan pekerjaan. Remaja yang mengalami kegagalan dalam proses mencapai jati dirinya akan memiliki keraguan terhadap dirinya serta kesulitan melakukan penyesuaian dirinya sehingga menarik dan mengalihkan diri ke arah yang negatif. (Deviana et al. 2023) mengatakan apabila individu sedang berada pada fase remaja, kebanyakan mengalami hambatan seperti tidak jarang individu pada fase remaja menjadi tertekan dalam kehidupannya, hal tersebut dikarenakan adanya kebimbangan ketika ingin melakukan sesuatu ataupun membuat keputusan, dengan demikian individu pada fase remaja diperlukan bimbingan untuk memperoleh potensi yang maksimal sehingga individu memiliki pribadi yang bertanggung jawab. Remaja menjadi suatu harapan bagi keluarga dan juga harapan bagi bangsanya, remaja supaya bisa melakukan aktivitas yang bermanfaat, mengembangkan mental dan kemampuannya sehingga dapat mewujudkan masa depan yang cerah. Oleh karena itu untuk mendukung perkembangan tersebut, remaja diharapkan memiliki *psychological well-being* yang tinggi untuk menumbuhkan kesejahteraan (Lestari 2022).

Berdasarkan penelitian terdahulu, menunjukkan bahwa remaja di Nepal berada pada *psychological well-being* yang baik, remaja merasakan dukungan

sosial yang baik dan mempunyai harga diri yang tinggi (Poudel et al. 2020). Namun kenyataannya masi terdapat *psychological well-being* yang rendah pada remaja, hal tersebut ditandai adanya kesulitan pada remaja dalam mengatasi permasalahannya sehingga muncul perasaan kurang puas terhadap dirinya dan beranggapan bahwa harapan untuk menyelesaikan permasalahannya tidak sesuai pada kenyataan (Saputro 2017). *Psychological well-being* adalah salah satu bentuk kesejahteraan yang penting untuk tahap perkembangan remaja, kesejahteraan yang dapat dirasakan oleh remaja menimbulkan dampak berupa emosi positif dan juga dapat menumbuhkan kehidupan dengan kepuasan dan kebahagiaan sehingga mengurangi sikap remaja dalam berperilaku negatif serta mengurangi perasaan depresi (Deviana et al. 2023).

(Ryff 1995) mengemukakan bahwa jenis kelamin menjadi salah satu faktor dari *psychological well-being*. Perkembangan pada saat ini memberikan pengaruh bagi manusia diseluruh dunia termasuk kesejahteraan psikologis, dengan kemajuan yang dimiliki dari setiap manusia memiliki dampak *psychological well-being*. Fenomena umum permasalahan yang terjadi dikehidupan mempengaruhi peserta didik laki-laki dan perempuan disekolah adalah tuntutan akademik, tekanan dari keluarga, toxic friendship dan khawatir akan masa depan (Indri et al. 2022). Permasalahan tersebut jika tidak diatasi dengan baik, maka peserta didik laki-laki dan perempuan akan merasakan tekanan dan tidak bahagia didalam kehidupannya sehingga mengganggu aktivitas kesehariannya (Arwina et al. 2022). Oleh karena itu dengan adanya fenomena tersebut menjadikan suatu kepentingan bagi peserta didik laki-laki dan perempuan untuk mempunyai pemikiran hidup yang positif agar peserta didik laki-laki dan perempuan dapat mengatasi permasalahan yang terjadi, sehingga peserta didik laki-laki dan perempuan dapat memberikan keputusan secara mandiri dan memiliki kemampuan untuk berkembang didalam hidupnya (Suprayitno dan Wahyudi 2020).

(Ryff 1989) mendefinisikan *psychological well-being* merupakan suatu keadaan psikologis positif dalam diri individu yang dicirikan dengan kemampuan individu untuk terampil dalam menerima dan memahami dirinya sendiri (*self acceptance*), mempunyai penguasaan atas lingkungannya (*evironmental mastery*), membangun hubungan yang hangat dengan orang lain (*positive relation with*

orthers), mempunyai tujuan hidup (*purpose in life*), mempunyai kemandirian dalam menghadapi tekanan sosial (*autonomy*), dan individu mampu mewujudkan potensi dalam dirinya secara berkelanjutan (*personal growth*). Sedangkan Areta (dalam Lestari 2022) menjelaskan *psychological well-being* adalah individu yang berada pada keadaan psikologis positif dan berfungsi secara berkelanjutan selama hidupnya, bisa mengembangkan kemampuannya dan mempunyai kesehatan jiwa yang positif. *Psychological well-being* merupakan suatu keadaan positif dalam diri individu yang ditandai dengan adanya kemampuan individu untuk menerima dirinya apa adanya, mampu menciptakan hubungan dengan orang lain, mampu untuk mengendalikan tingkah lakunya sehingga dapat mengarahkan dirinya sendiri, memiliki penguasaan lingkungan yang berada diluar jangkauan serta mampu memenuhi dirinya, Ryff (dalam Papalia et al. 2009)

Psychological well-being lebih menekankan pada kondisi optimis dibandingkan kondisi pesimis, individu dengan sikap optimis akan membantu dirinya dengan kemampuan yang dimiliki dan strategi untuk menghadapi segala tekanan. Sedangkan individu yang pesimis berkaitan dengan perasaan khawatir, depresi, ketakutan dalam menghadapi segala sesuatu, Car (dalam (Wulandari dan Swandi 2020). *Psychological well-being* sebagai potensi yang dimiliki individu untuk berfungsi secara optimal pada kehidupannya yang dapat dilihat dari enam dimensi *psychological well-being* yaitu penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, pertumbuhan pribadi. Keenam dimensi *psychological well-being* tersebut mempunyai tantangan tersendiri yang dihadapi oleh individu agar dapat berfungsi secara positif, selain itu juga dapat dikatakan bahwa individu harus memiliki kepuasan dalam dirinya dan mengetahui batas kemampuannya sendiri, individu juga harus menciptakan suatu hubungan dengan orang lain serta membentuk lingkungan yang memiliki kesesuaian pada kebutuhan dan kepribadiannya agar memiliki kehidupan secara mandiri dilingkungan sekitarnya individu juga harus berkemampuan dalam membuat keputusan sendiri sehingga tidak ketergantungan pada orang lain, hal yang paling penting adalah bagaimana individu dapat menemukan makna dari tujuan hidup mereka agar siap menerima tantangan dan mampu berusaha mengembangkan kemampuan serta bakat selama hidupnya (Ryff 1995).

Peneliti melakukan survei awal sehingga mengetahui SMP “X merupakan Sekolah yang didalamnya mempelajari nilai-nilai islam sehingga peserta didik SMP “X” memiliki karakter keagamaan dengan cara mengaji Al-Quran dan hadist, shalat berjamaah, shalat dhuha berjamaah dan berakhlakul kharimah disekolah, selanjutnya telah dilakukan penyebaran kuesioner melalui *google formulir* untuk mengetahui *psychological well-being* kepada 28 peserta didik laki-laki dan perempuan SMP “X” menunjukkan terdapat perbedaan *psychological well-being* laki-laki dan perempuan dengan hasil menunjukkan pada laki laki sebanyak 33,3% merasa tidak percaya diri yang termasuk pada kategori rendah, 100% membutuhkan orang lain berada pada kategori tinggi, 41,6% kesulitan bersosialisasi berada pada kategori rendah, 75% belum memiliki tujuan hidup berada pada kategori sedang, 100% berani memulai pengalaman baru berada pada kategori tinggi. Selanjutnya hasil pada perempuan sebanyak 75% merasa tidak percaya diri berada pada kategori sedang, 100% membutuhkan orang lain berada pada kategori tinggi, 50% kesulitan bersosialisasi berada pada kategori sedang, 56,3% belum memiliki tujuan hidup berada pada kategori sedang, 25% belum berani memulai pengalaman baru berada pada kategori rendah. Berdasarkan hasil survei secara keseluruhan terdapat religiusitas yang menjadi salah satu pembelajaran peserta didik SMP X dan terdapat perbedaan *psychological well-being* antara peserta didik laki-laki dan perempuan SMP “X” di Bekasi.

Berikut pemaparan diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul “Perbedaan *Psychological Well-being* Antara Peserta didik Laki-Laki dan Perempuan SMP “X” di Bekasi.

1.2. Rumusan Masalah

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Salma et al. (2023) pada 161 responden generasi sandwich dengan judul penelitian “Gambaran perbedaan *Psychological Well-being* generasi sandwich berdasarkan jenis kelamin : analisis statistik dengan spss”. Terdapat hasil pada kelompok laki-laki memiliki skor rata-rata rata-rata 68.61, sedangkan kelompok perempuan mencapai 87.25 dengan nilai signifikansi Asymp. Sig (2 tailed) 0.017 ($p < 0.05$) dalam uji t sampel independen.

Berdasarkan uji beda yang telah dilakukan oleh peneliti dapat dijelaskan bahwa hasil analisis statistik menunjukkan perbedaan signifikan dalam *psychological well-being* antara laki-laki dan perempuan. Skor tinggi pada kelompok perempuan mengindikasikan dimensi *psychological well-being* yang lebih mendukung.

Penelitian lainnya yang dilakukan oleh Sahupriadi et al. (2020) pada 137 siswa program reguler dan 80 siswa asrama dengan judul “Perbedaan *Psychological Well-being* Siswa Madrasah Aliyah Negeri program reguler dan asrama di Kota Malang”. Menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan signifikan siswa MAN program reguler dan asrama ($t = 1,717; p > 0,05$). Hal tersebut diduga karena beberapa faktor yaitu siswa berada pada lingkungan sekolah yang sama, hubungan teman sebaya antara siswa reguler dan asrama, lokasi asrama yang berada pada pusat kota, kegiatan asrama yang tidak terlalu padat, dan kegiatan asrama yang terbatas di kelas.

Psychological Well-being tidak memiliki perbedaan yang signifikan antara laki-laki dan perempuan, hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Widyawati et al. (2022) pada 287 Remaja Indonesia dengan judul “Studi Deskriptif : Kesejahteraan Psikologis pada Remaja”. Memperoleh hasil rata-rata remaja dalam penelitian ini memiliki kesejahteraan psikologis yang tergolong sedang dan mengungkap bahwa tidak ada perbedaan kesejahteraan psikologis yang berarti pada remaja jika ditinjau dari jenis kelamin.

Penelitian ini dilakukan oleh Apsaryanthi and Lestari (2017) pada 200 individu yang telah dikelompokkan terdiri dari 100 ibu rumah tangga dan 100 ibu yang bekerja di Kabupaten Gianyar dengan judul “Perbedaan tingkat *Psychological Well-being* pada ibu rumah tangga dengan ibu bekerja di Kabupaten Gianyar”. Hasil penelitian dari uji analisis data yaitu terdapat nilai signifikansi $p=0,000$ ($p < 0,05$) menunjukkan bahwa terdapat perbedaan *psychological well-being* pada ibu rumah tangga dengan ibu bekerja di Kabupaten Gianyar.

Penelitian yang dilakukan oleh Loupatty et al. (2022) pada 390 mahasiswa baru berdomisili di Salatiga dan pendatang yang berada di UKSW Salatiga dengan judul “Perbedaan *Psychological Well-being* pada Mahasiswa baru asli Salatiga dan pendatang”. Hasil uji T Mann-Whitney U menunjukkan p -value $0,483 < 0,05$

artinya penelitian tersebut menunjukkan tidak terdapat perbedaan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa asli dan baru pendaatang Salatiga angkatan 2021, keduanya memiliki persamaan pada tingkat *psychological well-being* yang sedang sampai tinggi.

Penelitian diatas menunjukkan bahwa *psychological well-being* merupakan suatu hal penting dalam kehidupan. Oleh karena itu peneliti tertarik untuk melihat apakah terdapat Perbedaan *Psychological Wellbeing* Antara Peserta didik Laki-laki dan perempuan SMP “X” di Bekasi?

1.3. Tujuan penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui Perbedaan *Psychological Well-being* Antara Peserta didik Laki-laki dan Perempuan SMP “X” di Bekasi.

1.4. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi manfaat, antara lain :

1.4.1. Manfaat Teoritis

Dengan adanya penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat kepada ilmu psikologi, khususnya psikologi perkembangan. Penelitian ini juga diharapkan bisa menjadi bahan referensi untuk penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan penelitian *psychological well-being*.

1.4.2. Manfaat praktis

Penelitian ini diharapkan mampu memperluas pengetahuan serta wawasan dan memberikan kontribusi untuk panduan dalam perkembangan *psychological well-being* terhadap ilmu psikologi, pihak Sekolah SMP “X” di Bekasi, peserta didik laki-laki dan perempuan SMP “X” di Bekasi, dan para orang tua.