

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Menurut Hurlock (2010), masa remaja merupakan masa peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa, yaitu saat anak matang secara seksual dan berakhir saat anak matang secara hukum. Menurut Santrock (2015) remaja mengalami berbagai perubahan yang berbeda dari masa sebelumnya yang mencakup perubahan emosional, sosial, kognitif dan biologis. Perubahan biologis ditandai dengan perubahan tubuh yang berkembang, sehingga mencapai tubuh orang dewasa yang turut disertai dengan perkembangan reproduksi. Perubahan kognitif remaja ditandai dengan mampu berpikir abstrak layaknya orang dewasa. Perubahan sosial pada remaja ditandai dengan mencoba melepaskan diri dari orang tua dan mulai menjalankan peran sosialnya yang baru sebagai orang dewasa, serta perubahan emosional remaja yang mampu untuk mengungkapkan pendapat dan perasaannya yang sesuai dengan lingkungan dan kebebasan emosionalnya (Hendriati, 2006).

Untuk mencapai perubahan perkembangan yang optimal, remaja membutuhkan dukungan lingkungan sosial salah satunya adalah keluarga (Harris, 1998). Menurut Hambali (2015), keluarga mempunyai peranan yang sangat penting dalam pembentukan perkembangan remaja. Akan tetapi, kenyataan menunjukkan bahwa tidak setiap remaja dapat dilindungi dalam satu keutuhan keluarga yang bisa memenuhi kebutuhan secara optimal. Adapula remaja yang tumbuh dalam lingkungan sosial tanpa kehadiran keluarga dan orangtua karena berbagai faktor seperti kehilangan orangtua dan kondisi ekonomi yang membuat mereka harus ditempatkan di lingkungan lembaga sosial seperti panti asuhan.

Menurut Kementerian Sosial Republik Indonesia (2004), panti asuhan adalah suatu lembaga usaha kesejahteraan sosial pada anak terlantar dengan memberikan pelayanan pengganti orang tua atau keluarga untuk memenuhi kebutuhan fisik, mental, dan sosial. Survey yang dilakukan oleh Kementerian Sosial mengatakan bahwa 94% penghuni panti asuhan disebabkan karena kondisi ekonomi yang lemah

dan 6% untuk mereka yang tidak memiliki orangtua sama sekali atau salah satu nya meninggal dunia (Hartati & Respati, 2010).

Remaja panti asuhan merupakan populasi yang rentan untuk mengalami masalah baik secara fisik, sosial dan psikologis. Permasalahan kesejahteraan psikologis dalam studi pendahulu yang pernah dilakukan oleh Hafifah (2014) didapatkan hasil bahwa 60% remaja di sana mengalami stres berat karena tekanan dan peraturan-peraturan di panti asuhan. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Hartini (2016) menemukan bahwa dibandingkan remaja pada umumnya yang masih memiliki keluarga yang utuh, remaja panti asuhan memiliki kepribadian yang inferior, pasif, apatis, menarik diri, mudah putus asa, penuh dengan ketakutan, dan kecemasan. Ditemukan pula bahwa depresi remaja panti asuhan lebih tinggi dibandingkan dengan remaja di rumah (Wuon, Bidjuni & Kallo, 2016). Tim Payung Penelitian dari Fakultas Psikologi Universitas YARSI melakukan studi awal untuk mengetahui fenomena yang terjadi pada remaja panti asuhan. Wawancara dilakukan pada tanggal 2 April 2017 kepada tiga orang remaja di sebuah panti asuhan yang berada di daerah Bekasi. Hasil dari studi awal tersebut menunjukkan bahwa kondisi kehilangan orang tua dapat menimbulkan perasaan terbuang.

Terkait permasalahan kesejahteraan fisik Hurlock (1991) menyatakan bahwa seseorang yang dibesarkan di panti asuhan menunjukkan perkembangan fisik dan emosi yang kurang sehat dibanding mereka yang tidak tinggal di panti asuhan. Hasil studi awal yang dilakukan tim Tim Payung Penelitian dari Fakultas Psikologi Universitas YARSI juga menyatakan bahwa penyakit seperti cacar dan campak dapat menular dengan cepat, sehingga dapat mengganggu kegiatan sehari-hari.

Selain itu, terkait dukungan sosial dan teman sebaya, didapatkan bahwa remaja panti asuhan sering menarik diri dikarenakan perilaku teman-temannya yang memicu pertengkaran, sehingga mereka menjadi sulit dalam menjalin hubungan sosial (Rahma, 2012). Dalam hal hubungan dengan orangtua/wali dan kemandirian, didapatkan hasil kurangnya pendampingan dari pengasuh serta terdapat pula peraturan yang ketat, dimana pihak panti asuhan tidak memberikan kebebasan kepada penghuni dalam menentukan keputusan. Terkait sekolah, tuntutan belajar yang terlalu berlebihan serta jumlah pengasuh yang tidak sebanding dengan remaja

panti membuat mereka dapat mengalami penurunan pencapaian akademik (Rifai, 2015).

Permasalahan kesejahteraan fisik, psikologis, hubungan orangtua dan kemandirian, dukungan sosial teman sebaya serta lingkungan sekolah remaja panti asuhan yang telah disebutkan dapat mempengaruhi kualitas hidupnya. *World Health Organization Quality of Life (WHOQOL)* mendefinisikan kualitas hidup sebagai persepsi individu terhadap posisinya, dan berhubungan dengan tujuan, harapan, standar dan minat. Sebagaimana Larasati (2012) menyatakan bahwa kualitas hidup remaja pada umumnya dapat dilihat dari berbagai aspek antara lain nutrisi (makanan), pakaian, tempat tinggal (kepadatan), pendidikan, waktu luang, keamanan, lingkungan sosial, lingkungan fisik, serta kesehatan.

Diantara beberapa domain, kesehatan menjadi hal yang penting dalam melihat kualitas hidup seseorang. Menurut definisi WHO, sehat adalah keadaan sempurna (*a state of complete*) fisik, mental, dan sosial seseorang dan bukan hanya tidak adanya penyakit atau kelemahan. Ditemukan bahwa semakin tinggi derajat kesehatan seseorang, maka kualitas hidup juga semakin tinggi (Kementerian Kesehatan RI, 2002). Dengan demikian, kualitas hidup terkait kesehatan atau *Health Related Quality of Life (HRQOL)* menjadi indikator penting yang akan menentukan kesejahteraan, termasuk juga pada remaja di panti asuhan.

Kualitas hidup terkait kesehatan pada remaja dapat dilihat dari kesejahteraan fisik, kesejahteraan psikologis, suasana hati dan emosi, teman sebaya dan dukungan sosial, hubungan orangtua dan kemandirian, lingkungan sekolah, penerimaan sosial, dan sumber daya keuangan (Rueden dkk, 2006). Kualitas hidup terkait kesehatan berfungsi sebagai prediktor yang kuat dari disabilitas di masa depan, morbiditas, dan mortalitas yang mencerminkan kondisi kesehatan secara keseluruhan (Kementerian Kesehatan RI, 2014). Oleh karena itu, menjadi penting untuk memperhatikan faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kemunculan kualitas hidup terkait kesehatan yang lebih baik pada remaja di panti asuhan.

Terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi kualitas hidup terkait kesehatan, agar dapat menjadi lebih baik, diantaranya harga diri, optimisme, strategi *coping*, resiliensi, dan manajemen emosional (Wrosch & Scheier, 2003).

Berdasarkan studi awal yang telah dilakukan peneliti dengan menggunakan kuisisioner, ditemukan bahwa tidak semua remaja panti asuhan memiliki masalah dalam kesehatan. Selain secara fisik mereka jarang sakit, sebanyak 80% remaja disana merasa senang membantu orang lain sebagai bentuk terimakasih dan 80% dari mereka juga merasa puas akan sesuatu yang telah mereka punya. Hal ini mengindikasikan bahwa remaja di sana memiliki perasaan positif terhadap hidupnya.

Emmons dan Mccullough (2004) menyatakan bahwa perasaan positif mengenai kehidupan merupakan salah satu komponen dari kebersyukuran. Kebersyukuran sendiri diartikan sebagai perasaan yang menyenangkan dan penuh terima kasih sebagai respons dari penerimaan kebaikan (Emmons, 2004). Sebagai sebuah emosi, hal ini dapat berupa ketakjuban, rasa terimakasih, dan apresiasi terhadap kehidupan itu sendiri (Seligman, 2005). Sebagaimana disebutkan dalam Firman Allah SWT :

وَإِذْ تَأَذَّنَ رَبُّكُمْ لَئِن شَكَرْتُمْ لَأَزِيدَنَّكُمْ وَلَئِن كَفَرْتُمْ إِنَّ عَذَابِي لَشَدِيدٌ ﴿٧﴾

Dan (ingatlah) ketika Tuhanmu memaklumkan, "Sesungguhnya jika kamu bersyukur, pasti Kami akan menambah (nikmat) kepadamu, tetapi jika kamu mengingkari (nikmat-Ku), maka sesungguhnya azab-Ku sangat pedih" (Q.S. Ibrahim (14):7).

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa rasa syukur berhubungan positif dengan kepuasan hidup, kesejahteraan, fungsi sosial dan persepsi dukungan sosial (Wood, Maltby, Gillett, Linley, & Joseph, 2008). Froh (2011) menemukan bahwa generasi muda yang memiliki kebersyukuran yang tinggi akan memiliki kepuasan hidup yang tinggi, integrasi sosial yang baik, dan juga rendah tingkat depresi serta kecemburuannya. Dengan demikian, terdapat indikasi bahwa kebersyukuran dapat berpengaruh terhadap dimensi-dimensi kualitas hidup terkait kesehatan. Hasil temuan ini perlu diteliti lebih lanjut pada remaja panti asuhan.

Sejauh yang peneliti ketahui, penelitian mengenai kualitas hidup terkait kesehatan dan kebersyukuran di kalangan remaja yang tinggal di panti asuhan masih perlu untuk dikaji. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk mengetahui seberapa besar peran kebersyukuran terhadap kualitas hidup terkait kesehatan setiap dimensinya pada remaja di panti asuhan. Topik ini menjadi penting untuk diteliti, karena akan membantu menggambarkan urgensi kebersyukuran terhadap kualitas hidup terkait kesehatan pada remaja di panti asuhan. Lebih lanjut, peneliti juga akan menganalisis pandangan Islam mengenai hal ini, karena Islam juga menekankan rasa terima kasih atau kebersyukuran atas hal-hal yang manusia dapat (Al Banjari, 2014).

Penelitian ini adalah bagian dari payung penelitian dengan tema “Kualitas Hidup Terkait Kesehatan dan Aspek Psikologi Positif”. Payung penelitian ini terdiri dua tema besar, yaitu kualitas hidup terkait kesehatan pada remaja di panti asuhan dan kualitas hidup terkait kesehatan pada remaja miskin. Sementara itu, untuk variabel psikologi positif terdapat tiga tema besar, yaitu kebersyukuran, resiliensi dan *self compassion*.

1.2 Pertanyaan Penelitian

1. Apakah kebersyukuran berperan terhadap kualitas hidup terkait kesehatan pada remaja di panti asuhan?
2. Bagaimanakah peran kebersyukuran terhadap kualitas hidup terkait kesehatan pada remaja di panti asuhan dalam pandangan Islam?

1.3 Tujuan Penelitian

1. Untuk menganalisis peran kebersyukuran terhadap kualitas hidup terkait kesehatan pada remaja di panti asuhan.
2. Untuk menganalisis peran kebersyukuran terhadap kualitas hidup terkait kesehatan pada remaja di panti asuhan dalam pandangan Islam.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi pengembangan ilmu Psikologi khususnya Psikologi Positif dan Psikologi Kesehatan.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Hasil penelitian dapat dijadikan sumber informasi bagi remaja panti asuhan terkait pentingnya kebersyukuran dalam meningkatkan kualitas hidup terkait kesehatan.
2. Hasil penelitian dapat dijadikan sumber informasi bagi lembaga dan pengurus panti untuk mengetahui dan menanamkan pentingnya nilai-nilai kebersyukuran agar kualitas hidup terkait kesehatan remaja di panti asuhan dapat menjadi lebih baik.

1.5 Ringkasan Alur Pemikiran

