

BAB 1 PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Penelitian

Masa remaja merupakan tahapan perkembangan individu yang perlu diperhatikan, karena merupakan salah satu tahapan perkembangan yang penting dalam kehidupan. Santock (Muslikah & Hariyadi, 2013) menyebutkan masa remaja dianggap sebagai salah satu tahapan yang penting dalam proses perkembangannya. Perkembangan ini dianggap penting karena remaja dihadapkan pada perubahan-perubahan yang baru. Pada masa remaja, begitu pesat mengalami pertumbuhan dan perkembangan baik fisik maupun mental (Diananda, 2018:116). Masa remaja dikatakan berpengaruh terhadap pertumbuhan dan perkembangan, oleh karena itu pada masa ini kesehatan mental perlu diperhatikan dan ditingkatkan. Salah satu yang perlu diperhatikan dalam perkembangan individu adalah kesehatan mental, karena memegang peranan penting dalam diri remaja (Yuliandari, 2018).

Kesehatan mental adalah suatu keadaan yang baik pada aspek emosi dan psikologis individu sehingga menimbulkan perilaku yang sehat pada individu. Yuliandari (2018) menjelaskan kesehatan mental merupakan kondisi dimana individu memiliki kesejahteraan yang tampak pada dirinya, mampu menyadari potensi dalam dirinya, memiliki kemampuan untuk mengatasi tekanan hidup, mampu bekerja produktif dan menghasilkan, serta mampu memberikan kontribusi kepada komunitasnya. Namun, sebagian remaja rentan mengalami masalah kesehatan mental. Ilsanty (2018) menyebutkan bahwa masalah kesehatan mental, rentan terjadi pada kelompok usia remaja. Mubasyiroh, Putri & Tjandrarini (2017) menyebutkan salah satu masalah kesehatan mental yang ditemui pada remaja adalah masalah mental emosional.

Masalah mental emosional dapat berpengaruh negatif pada kehidupan remaja. Dhamayanti (Tobing & Dio, 2015:19) mendefinisikan masalah mental emosional sebagai sesuatu yang menghambat, merintang, atau mempersulit seseorang dalam usahanya menyesuaikan diri dengan lingkungan dan pengalaman-pengalamannya. Masalah mental emosional terjadi pada remaja,

karena pada masa ini emosi remaja sulit dikendalikan sehingga rentan terhadap munculnya berbagai konflik (Dianovinina, 2018). Pada usia kurang dari 16 tahun, satu dari lima anak mengalami masalah mental emosional, angka kejadian tersebut semakin bertambah pada remaja usia di atas 15 tahun menurut WHO (Damayanti, 2011). Masalah mental emosional merupakan masalah yang serius, karena akan memberi dampak negatif terhadap perkembangan remaja dikemudian hari (Haryanti, Pamela & Susanti, 2019:98), misalnya menghambat pada kesuksesan akademik dan hubungan dengan teman sebaya (Ifdil & Ghani, 2017:214).

Masalah mental emosional terbagi menjadi dua bagian yaitu masalah internalisasi dan eksternalisasi. Hal tersebut sesuai dengan pernyataan dari Fitri, Erwinda & Ifdil (2018:214) yang menyebutkan bahwa masalah mental emosional pada anak dibagi menjadi dua kategori yaitu internalisasi dan eksternalisasi. Masalah internalisasi adalah masalah yang muncul dari dalam diri individu dan berakibat pada terjadinya masalah kesehatan mental. Fitri, Erwinda & Ifdil (2018:214) menyebutkan bahwa yang termasuk masalah emosional internalisasi adalah gejala depresi, kecemasan, perasaan bersalah dan ketakutan. Sedangkan masalah eksternalisasi adalah masalah perilaku yang terjadi akibat adanya masalah kesehatan mental. Gambaran masalah mental emosional eksternalisasi diantaranya, tempramen, hiperaktif, perilaku bertentangan dan agresif (Dhamayanti, 2011).

Masalah mental emosional internalisasi yang banyak dialami oleh remaja adalah depresi. Pernyataan tersebut sejalan dengan Ehrlich & Isaacowitz (Novianti & Alfiasari, 2017:14) yang menyebutkan bahwa pada usia remaja, individu memiliki resiko lebih tinggi mengalami depresi. Mojtabai, Olfson & Han (2016) menyebutkan bahwa beberapa tahun terakhir, prevalensi remaja yang mengalami depresi mulai meningkat. Depresi yang terjadi pada remaja merupakan masalah yang serius. *World Health Organization* (2014) menyebutkan bahwa depresi merupakan penyebab utama munculnya penyakit dan kecacatan yang dialami oleh remaja. Di tingkat yang paling parah, depresi dapat menyebabkan seseorang melakukan bunuh diri (WHO, 2012).

Selain masalah internalisasi, pada usia remaja, individu rentan melakukan masalah eksternalisasi seperti kenakalan remaja. Menurut Santrock (Sumara, Humaedi & Santoso, 2017:347) kenakalan remaja merupakan kumpulan dari berbagai perilaku remaja yang tidak dapat diterima secara sosial hingga terjadi tindakan kriminal. Unayah & Sabarisman (2015:128) menyebutkan bahwa kenakalan remaja sudah menampakkan pergeseran kualitas kenakalan yang menjurus tindakan kriminalitas seperti mencuri, tawuran, membegal, memperkosa bahkan sampai membunuh. Selain dari masalah yang menjurus pada kriminalitas, masalah umum di masyarakat juga kerap menjadi hal yang dilakukan oleh remaja. Ahrons (2011) menyebutkan bahwa remaja cenderung melakukan *problem* di masyarakat seperti, penyalahgunaan alkohol dan obat-obatan terlarang, kurangnya empati dan seks bebas (Suldo & Fefer, 2015).

Penyebab permasalahan mental emosional pada remaja, dapat diakibatkan oleh berbagai macam persoalan. Berbagai macam persoalan yang umum terjadi adalah berasal dari keluarga, teman dan status sosial ekonomi keluarga. Hal tersebut sejalan dengan penelitian terdahulu yang menyebutkan bahwa permasalahan mental emosional pada remaja diakibatkan oleh beberapa faktor, diantaranya faktor keluarga (Dewi & Soekandar, 2019; Fitri, Erwinda & Ifdil, 2018), faktor teman menurut Saric *et al* (Sintiawati, 2017) dan faktor status ekonomi keluarga (Liputo, 2014).

Faktor keluarga menjadi salah satu hal yang perlu dipenuhi oleh remaja guna menghindari masalah mental emosional. Reeb, *et al* (Lin & Yi, 2017) menyebutkan bahwa keluarga memainkan peran sentral dalam mempengaruhi masalah eksternalisasi dan internalisasi pada remaja. Selain keluarga, faktor penting lainnya yang harus dipenuhi oleh remaja adalah faktor teman. Pada masalah mental emosional, teman dianggap dapat mempengaruhi masalah eksternalisasi dan internalisasi pada remaja. Seperti yang dijelaskan oleh Unayah & Sabarisman (2015:133), bahwa teman sepermainan memegang peran penting dalam meningkatnya angka kriminalitas di kalangan remaja. Selanjutnya McDougal, *et al* (Marion, Laursen & Zettergren, 2013) menyebutkan bahwa penolakan dari teman dapat menyebabkan berbagai masalah internalisasi pada

remaja, seperti harga diri yang buruk, kesulitan penyesuaian dan kesepian. Faktor lain yang menjadi penyebab terjadinya masalah mental emosional pada remaja adalah status ekonomi keluarga. Individu pada kalangan menengah kebawah memiliki kecenderungan lebih besar mengalami gangguan kesehatan mental menurut Lund *et al* (Liputo, 2014). Selain itu, terjadinya kenakalan pada remaja salah satunya dapat disebabkan oleh kemiskinan. Bourguignon (Liputo, 2014) menyebutkan bahwa persoalan penyalahgunaan alkohol dan obat-obatan terlarang serta terjadinya ketegangan sosial dalam masyarakat salah satu penyebabnya adalah kemiskinan.

Penjelasan fenomena dan masalah yang telah dipaparkan diatas, muncul akibat dari pemuasan kebutuhan remaja yang belum optimal. Dewi & Soekandar (2019) menyebutkan bahwa masalah internalisasi dan eksternalisasi yang terjadi pada remaja diakibatkan oleh kebutuhan remaja yang belum terpenuhi. Pemuasan kebutuhan individu dapat dilihat dari pemenuhan aspek-aspek kehidupan. Diener, Oishi & Lucas (2015) menyebutkan bahwa kepuasan hidup adalah bagaimana seseorang mengevaluasi, menghayati dan merasakan terhadap pemenuhan seluruh aspek kebutuhan dalam hidupnya. Selanjutnya, Diener (Eid & Larsen, 2008) menyebutkan kepuasan hidup dipandang sebagai bentuk memenuhi kebutuhan hidup. Dalam penelitian kali ini, kepuasan hidup didefinisikan sebagai komponen kesejahteraan subjektif yang didefinisikan sebagai penilaian kognitif individu secara keseluruhan, mengenai ketercapaian aspek kehidupan yang dianggap penting oleh dirinya, serta membandingkan kondisi kehidupan saat ini, dengan kondisi kehidupan yang diharapkannya.

Kepuasan hidup menjadi salah satu hal yang diinginkan oleh individu salah satunya remaja. Diener & Oishi (Maddux, 2018) mengungkapkan bahwa menjadi puas dengan kehidupan sangat penting bagi sebagian besar orang di seluruh dunia. Kepuasan hidup diidentifikasi sebagai indikator subjektif yang signifikan dari kesejahteraan (Andrews & Whitney, 1976; Diener *et. al* 1985). Kepuasan hidup akan memprediksi berbagai hasil penting, termasuk kesehatan mental dan fisik, hubungan interpersonal yang memuaskan, dan keberhasilan pendidikan pada orang dewasa, anak-anak dan remaja (Ummet, Eksi & Otrar,

2015). Selain itu, beberapa penelitian telah menyebutkan bahwa kepuasan hidup berhubungan negatif dengan masalah internalisasi dan eksternalisasi pada remaja (Bartels *et al*, 2013; Schei *et al*, 2016). Pendapat lain menyebutkan bahwa perilaku internalisasi dan eksternalisasi pada remaja secara signifikan memberikan pengaruh negatif jangka panjang pada kepuasan hidup seseorang hingga masa dewasa (Lyons *et al*, 2013).

Kepuasan hidup pada remaja dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, diantaranya faktor keluarga, yang berasal dari orang tua. Dalam hal kepuasan hidup, keluarga merupakan sumber kepuasan hidup yang paling penting (Philips, 2012). Remaja yang memiliki dukungan dari orangtua, kepuasan hidupnya cenderung tinggi. Menurut survei di Amerika, 93,3% remaja Asia-Amerika yang menerima dukungan baik dari orang tua, cenderung mengalami kepuasan hidup yang tinggi dibandingkan dengan remaja yang memiliki dukungan buruk dari orang tuanya (Huang, Wang & Ringel-Kulka, 2015). Lebih dari itu, Penelitian lain menyebutkan bahwa akar kepuasan hidup pada masa dewasa kembali ke lingkungan keluarga pada masa remaja (Vassar, 2012). Hal tersebut terjadi karena di lingkungan keluarga adanya hubungan yang akrab, hangat dan dekat antara orang tua dengan anak yang merupakan sumber kebahagiaan (*happiness*), kesejahteraan (*well being*), atau kepuasan hidup (*life satisfaction*) (Fletcher *et al*, 2015).

Faktor lain yang mempengaruhi kepuasan hidup adalah hubungan dengan teman sebaya (Nickerson & Nagle, 2004). Kepuasan hidup cenderung meningkat apabila remaja memiliki dukungan dari teman. Huang, Wang & Ringel-Kulka (2015) menyebutkan bahwa remaja yang merasakan dukungan teman sebaya yang baik, cenderung memiliki kepuasan hidup yang tinggi. Sedangkan, remaja yang tidak memiliki teman atau mendapatkan penolakan dari temannya diprediksi mempunyai kepuasan hidup global yang lebih rendah dan kualitas hubungan yang dirasa lebih rendah di usia dewasa menengah (Marion *et al* 2013). Hal tersebut terjadi karena teman dapat berfungsi sebagai basis aman yang menciptakan rasa nyaman dalam situasi baru menurut Birch & Ladd (1996). Selanjutnya, dukungan teman berfungsi bagi remaja sebagai sumber pengayoman

dan petunjuk serta melindungi diri dari faktor-faktor berbahaya seperti stres menurut Saric *et al* (Sintiawati, 2017)

Kepuasan hidup, dapat dipengaruhi juga oleh harga diri. Hal ini sesuai dengan yang dikemukakan oleh Saric *et al* (Sintiawati, 2017) yang menyebutkan bahwa faktor yang berpengaruh kuat lainnya terhadap kepuasan hidup remaja adalah harga diri. Anak yang memiliki harga diri yang tinggi, *locus of control* internal, dan temperamen yang stabil secara emosional tampaknya memiliki kepuasan hidup yang tertinggi (Rigby & Huebner, 2004; Proctor, Linley & Maltby, 2009). Penelitian dari Huang, Wang & Ringel-Kulka (2015) menyebutkan bahwa anak muda Asia-Amerika yang memiliki harga diri yang baik, 77,9% memiliki kemungkinan empat kali lebih besar untuk mengalami kepuasan hidup yang tinggi dibandingkan dengan mereka yang memiliki harga diri yang rendah.

Faktor yang berkontribusi terhadap kepuasan hidup remaja lainnya adalah prestasi akademik. Leung, Chang & Lai (Risdiantoro, Iswinarti & Hasanati, 2016) menyebutkan bahwa prestasi akademik berkontribusi terhadap kepuasan hidup. Kepuasan yang berasal dari akademik dapat meningkatkan kepuasan hidup (Diener & Seligman, 2004). Selain itu, dalam studi Proctor, Linley & Maltby (2009) telah menyebutkan bahwa remaja dengan tingkat kepuasan hidup yang tinggi memiliki skor rata-rata yang secara signifikan lebih tinggi di semua mata pelajaran sekolah.

Bukan hanya faktor dukungan orang tua, dukungan teman, harga diri dan prestasi akademik. Faktor status sosial ekonomi juga kerap menjadi hal yang berpengaruh terhadap kepuasan hidup remaja. Seseorang yang memiliki status ekonominya tinggi, cenderung mempunyai kepuasan hidup yang tinggi. Pernyataan tersebut sesuai dengan beberapa penelitian yang mengkonfirmasi dampak positif kekayaan pada kepuasan hidup menurut Christoph *et al* (Brule & Suter, 2019). Hal demikian terjadi karena status ekonomi yang semakin tinggi, akan mudah dalam memenuhi kebutuhan material individu karena kemudahan finansial dan terpenuhinya fasilitas menurut Saric *et al* (Sintiawati, 2017). Sebaliknya, seseorang yang memiliki penghasilan rendah, cenderung memiliki

kepuasan hidup yang rendah. Pernyataan itu sejalan dengan beberapa penelitian yang menyebutkan bahwa anak dari latar belakang berpenghasilan rendah memiliki kepuasan hidup yang agak lebih rendah (Huebner, Drane & Valois, 2000; Huebner, Valois *et. al* 2005).

Dari hasil temuan bukti teoritik dan empirik diatas, meneliti kepuasan hidup menjadi hal yang perlu dilakukan untuk mengevaluasi diri dan menghindarkan diri dari masalah internalisasi dan eksternalisasi remaja, karena dengan mengukur kepuasan hidup, seseorang dapat mengetahui aspek yang belum optimal dalam hidupnya (Novianti & Alfiasari, 2017). Setelah mengetahui aspek yang belum optimal, remaja dapat diberi intervensi atau informasi dalam memenuhi kebutuhan tersebut guna meningkatkan kepuasan hidupnya. Huang, Wang & Ringel-Kulka (2015) menyebutkan bahwa meningkatkan kepuasan hidup selama masa remaja adalah landasan untuk mempromosikan pembangunan yang sehat.

Agar terciptanya pembangunan yang sehat atau kesehatan mental pada remaja, kepuasan hidup menjadi kekuatan psikologis untuk melindungi sekaligus mencegah remaja dalam mengembangkan masalah mental emosional. Suldo & Huebner (Wang & Ringel-Kulka, 2015) menyebutkan bahwa kepuasan hidup berperan sebagai kekuatan psikologis, pelindung dalam proses perkembangan adaptif dan mencegah remaja dari mengembangkan perilaku psikopatologis. Dengan memiliki psikologis yang baik serta perilaku yang positif, remaja akan memiliki kebahagiaan. Lyubomirsky *et al* (Wang & Ringel-Kulka, 2015) menyebutkan bahwa kebahagiaan mengarah pada kesehatan, perilaku, psikologis, dan sosial yang positif di masa dewasa.

Indeks kebahagiaan di Indonesia khususnya di Jawa Barat masih terbilang sangat rendah. Badan Pusat Statistik (2020) menyebutkan bahwa Jawa Barat menempati urutan ke 5 terendah dari 34 provinsi di Indonesia dalam indeks kebahagiaan penduduk pada tahun 2017 yaitu 69,58 %. Penyusunan indeks kebahagiaan di Indonesia di lihat dari tiga dimensi, diantaranya, dimensi kepuasan hidup, dimensi perasaan (*Affect*) dan dimensi makna hidup (*Eudaimonia*). Pada dimensi kepuasan hidup, indikator dimensi kepuasan hidup terbesar yaitu

keharmonisan keluarga sebesar 80,05%, kondisi keamanan sebesar 77,15%, keadaan lingkungan sebesar 76,09 %, hubungan sosial 75,45 %, ketersediaan waktu luang sebesar 72,08 %, kesehatan 71,12%, kondisi rumah dan fasilitas rumah sebesar 69,28 %, pekerjaan/ usaha/ kegiatan utama sebesar 67,15 %, pendapatan rumah tangga 62,99 %, dan pendidikan serta keterampilan sebesar 59,90 %.

Urgensi penelitian kepuasan hidup yang lain ditinjau dari definisinya. Kepuasan hidup disebut sebagai penilaian global terhadap kualitas hidup seseorang sesuai dengan kriteria yang dipilihnya (Shin & Johnson, 1978, h. 478; Diener, 1984). Kepuasan hidup termasuk salah satu kesejahteraan subjektif karena bersifat subjektif sesuai dengan penilaian masing-masing individu menurut Argyle (Raharja & Indati, 2018:97). Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa penilaian kepuasan hidup pada individu itu berbeda-beda. Kriteria atau faktor yang mempengaruhi kepuasan hidupnya pun berbeda dari setiap individu. Maka, agar tepat dalam meningkatkan kepuasan hidup, seorang remaja atau sekelompok remaja seyogianya perlu dalam mengevaluasi kehidupannya dengan cara mengukur kepuasan hidup.

Studi pendahuluan tentang faktor yang mempengaruhi kepuasan hidup pada remaja rentang usia 15-19 tahun sebanyak 31 orang di Tasikmalaya menunjukkan hasil 10 faktor kepuasan hidup yang paling berpengaruh diantaranya, dukungan keluarga/ orang tua, keyakinan terhadap kemampuan diri (*self efficacy*), rasa bersyukur, kesehatan, harga diri, dukungan teman, status ekonomi keluarga, kompetensi akademik, lingkungan sekitar dan lingkungan sekolah. Faktor kepuasan hidup tersebut dapat dikatakan sebagai faktor protektif pada remaja agar terhindar dari masalah mental emosional, baik internalisasi ataupun eksternalisasi. Yulindari (2018) menyebutkan, agar remaja menjadi lebih kuat menghadapi berbagai macam tantangan yang datang dari lingkungan dan terhindar dari masalah mental emosional, faktor protektif seperti faktor keluarga, faktor kemampuan sosial dan emosional yang baik, perlu diperhatikan.

Dalam penelitian kali ini, faktor yang mempengaruhi kepuasan hidup remaja atau faktor protektif mental emosional pada remaja yang dijadikan sebagai

prediktor adalah dukungan orang tua, dukungan teman, harga diri, prestasi akademik, status sosial ekonomi keluarga, kesehatan fisik dan jenis kelamin. Maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk menilai tujuh variabel yang dapat mempengaruhi kepuasan hidup pada remaja diantaranya, dukungan orang tua (X_1), dukungan teman (X_2), harga diri (X_3), kesehatan fisik (X_4), prestasi akademik (X_5), status sosial ekonomi keluarga (X_6 , X_7 , X_8 , X_9 , X_{10}), dan jenis kelamin (X_{11}). Variabel kesehatan dimasukkan karena dihipotesiskan memiliki kepuasan hidup yang lebih baik menurut Proctor *et al* (Huang, Wang & Ringel-Kulka, 2015).

Selain faktor kesehatan, faktor demografis juga penting untuk diteliti, seperti usia dan jenis kelamin. Bukti empiris mengenai kepuasan hidup dan jenis kelamin menghasilkan beberapa pendapat yang berbeda. Individu dalam budaya feminim memiliki tingkat kepuasan hidup yang lebih tinggi daripada budaya maskulin menurut Ye *et al* (Brule & Maggino, 2017). Pendapat tersebut sejalan dengan penelitian dari Diener (1984) yang menyebutkan wanita muda ditemukan lebih bahagia dibandingkan laki-laki pada usia muda. Sementara, penelitian dari Saric *et al* (Sintiawati, 2017) menyebutkan bahwa remaja putri memiliki tingkat kepuasan hidup rendah dibandingkan remaja putra. Penelitian lain menyebutkan bahwa kepuasan hidup tidak mencerminkan perbedaan jenis kelamin, laki-laki dan perempuan tampak sama-sama puas dengan kehidupan mereka secara keseluruhan menurut Huebner & Diener (Eid & Larsen, 2008).

Dari berbagai penjelasan yang telah dipaparkan diatas, kepuasan hidup pada remaja perlu untuk diperhatikan dan ditingkatkan. Hal tersebut dilakukan untuk meminimalisir timbulnya masalah kesehatan mental seperti masalah mental emosional. Untuk meningkatkan kepuasan hidup pada remaja, dapat dilakukan oleh lembaga pendidikan formal, yaitu sekolah. Huebner dan Diener (Eid & Larsen, 2008) menjelaskan bahwa dalam bidang pendidikan, kepuasan hidup diciptakan untuk menunjang sekolah yang sehat. Sekolah yang sehat akan memonitor kepuasan hidup siswanya. Salah satu personel sekolah yang bertugas untuk menciptakan sekolah yang sehat adalah guru bimbingan dan konseling. Guru bimbingan dan konseling adalah seorang guru yang bertugas memberikan

bantuan psikologis dan kemanusiaan secara ilmiah dan profesional (Sukardi, 2008). Salah satu bantuan psikologis yang dilakukan oleh guru bimbingan dan konseling adalah pemberian layanan intervensi kepada peserta didik. Huebner dan Diener (Eid & Larsen, 2008) menyebutkan bahwa guru bimbingan dan konseling berperan sebagai pemberi intervensi kepada siswa yang menunjukkan penurunan kepuasan hidup.

Intervensi yang diberikan kepada peserta didik dapat berupa layanan bimbingan klasikal, layanan kolaborasi, dan layanan konseling. Sebelum melakukan intervensi, guru bimbingan dan konseling harus memenuhi prinsip bimbingan dan konseling, yaitu melakukan identifikasi kebutuhan peserta didik. Yusuf (2017:71) menyebutkan secara umum peranan guru bimbingan dan konseling yang sesuai dengan prinsip-prinsip bimbingan dan konseling adalah melakukan *need assessment* yaitu identifikasi kebutuhan-kebutuhan peserta didik. Selanjutnya, untuk membimbing individu, diperlukan pemahaman yang komprehensif tentang karakteristik, kebutuhan atau masalah individu (Yusuf & Nurihsan, 2016:7). Guru Bimbingan dan Konseling yang tidak melakukan analisis kebutuhan terlebih dahulu, dalam proses merumuskan program layanan dan pemberian layanan akan tidak tepat, karena tidak sesuai dengan kebutuhan peserta didik. Muro & Kottman (Yusuf, 2017:52) menyebutkan apabila layanan bimbingan dan konseling tidak diidentifikasi kebutuhan-kebutuhan peserta didik, akan menyebabkan munculnya masalah yang memerlukan remedial. Agar tidak munculnya masalah yang memerlukan perbaikan, mengetahui kepuasan hidup peserta didik menjadi salah satu identifikasi kebutuhan yang perlu dilakukan oleh guru bimbingan dan konseling.

Dengan mengetahui kepuasan hidup serta faktor yang mempengaruhinya, guru bimbingan dan konseling telah menjalankan salah satu fungsi dan tujuan bimbingan dan konseling, karena telah mengetahui karakteristik siswa beserta latar belakang lingkungannya. Huebner dan Diener (Eid & Larsen, 2008) menyebutkan bahwa mengukur kepuasan hidup peserta didik merupakan hal yang dilakukan untuk menentukan sifat ketidakpuasan mereka dan mengembangkan strategi untuk meningkatkan kesejahteraan emosional mereka. Selain itu,

Implikasi akhir dari penelitian kepuasan hidup ini berkaitan dengan rancangan layanan bimbingan dan konseling di sekolah yang bertujuan untuk meningkatkan kepuasan hidup siswa. Dengan demikian, penelitian kepuasan hidup dapat memberikan cara tambahan untuk memastikan bahwa layanan bimbingan dan konseling mendukung perkembangan anak-anak yang sehat di lingkungan sekolah dan non-sekolah.

Berdasarkan latar belakang masalah yang dipaparkan di atas, maka penelitian ini difokuskan pada kajian tentang faktor determinan yang mempengaruhi kepuasan hidup pada remaja.

B. Rumusan Masalah Penelitian

Berdasarkan fakta empirik dan landasan teoritis yang telah diuraikan di atas mengindikasikan bahwa kepuasan hidup sangat penting pada remaja. Kepuasan hidup pada remaja disebut penting, karena dapat menjadi sumber daya untuk terhindar dari berbagai masalah kesehatan mental yang dewasa ini menjadi masalah yang rentan terjadi dialami oleh usia remaja. Yuliandari (2018) menyebutkan bahwa salah satu yang perlu diperhatikan dalam perkembangan individu adalah kesehatan mental, karena memegang peranan penting dalam diri remaja. Selanjutnya, Ilsanty (2018) juga menyebutkan bahwa masalah kesehatan mental, rentan terjadi pada kelompok usia remaja.

Masalah kesehatan mental yang banyak dialami oleh remaja adalah masalah mental emosional, yang dapat berpengaruh negatif pada kehidupan remaja. Mubasyiroh, Putri & Tjandrarini (2017) menyebutkan salah satu masalah kesehatan mental yang ditemui pada remaja adalah masalah mental emosional. Damayanti (2011) mendefinisikan masalah mental emosional sebagai sesuatu yang menghambat, merintang, atau mempersulit seseorang dalam usahanya menyesuaikan diri dengan lingkungan dan pengalaman-pengalamannya. Bahkan, Haryanti, Pamela & Susanti (2019) menyebutkan bahwa masalah mental emosional merupakan masalah yang serius, karena akan memberi dampak negatif terhadap perkembangan remaja dikemudian hari.

Masalah kesehatan mental seperti masalah mental emosional yang banyak dialami oleh remaja adalah wujud dari pemuasan kebutuhan remaja yang belum optimal. Dewi & Soekandar (2019) menyebutkan bahwa masalah internalisasi dan eksternalisasi yang terjadi pada remaja diakibatkan oleh kebutuhan remaja yang belum terpenuhi. Untuk menilai seberapa berhasil remaja dalam memenuhi kebutuhannya, kepuasan hidup menjadi hal yang perlu diketahui oleh remaja. Diener, Oishi & Lucas (2015) menyebutkan bahwa kepuasan hidup adalah bagaimana seseorang mengevaluasi, menghayati dan merasakan terhadap pemenuhan seluruh aspek kebutuhan dalam hidupnya. Selanjutnya, Diener (Eid & Larsen, 2008) menyebutkan kepuasan hidup dipandang sebagai bentuk memenuhi kebutuhan hidup. Lebih dari itu, kepuasan hidup pada remaja dapat mencegah remaja dari berbagai masalah kesehatan mental sehingga remaja menjadi sejahtera dalam hidupnya. Kepuasan hidup berhubungan negatif dengan masalah internalisasi dan eksternalisasi pada remaja (Bartels *et al*, 2013; Schei *et al*, 2016). Kepuasan hidup diidentifikasi sebagai indikator subjektif yang signifikan dari kesejahteraan (Andrews & Whitney, 1976; Diener *et. al* 1985).

Penilaian kepuasan hidup serta kriteria atau faktor yang mempengaruhi kepuasan hidup akan berbeda dari setiap individu. Kepuasan hidup termasuk salah satu kesejahteraan subjektif karena bersifat subjektif sesuai dengan penilaian masing-masing individu menurut Argyle (Raharja & Indati, 2018). Beberapa tokoh kepuasan hidup menyebutkan faktor yang mempengaruhi kepuasan hidup diantaranya, faktor keluarga, faktor teman, faktor harga diri, faktor prestasi akademik, faktor sosial ekonomi keluarga, faktor kesehatan, faktor jenis kelamin, dan lain-lain. Agar remaja terhindar dari berbagai macam masalah kesehatan mental, kepuasan hidup pada remaja perlu diperhatikan, salah satunya oleh pendidik di lingkungan sekolah. UNESCO (Muqodas, 2019:7) menyebutkan bahwa pendidikan yang berkualitas berkontribusi pada pemenuhan pribadi, kebahagiaan peserta didik, serta kesejahteraan individu dan masyarakat. Salah satu pendidik di sekolah yang berperan untuk mensejahterakan siswa adalah guru bimbingan dan konseling. Yusuf (2017) menyebutkan guru bimbingan dan

konseling bertugas untuk memfasilitasi berkembangnya kepribadian atau karakter peserta didik yang mantap sehingga memiliki mental yang sehat.

Tugas guru bimbingan dan konseling dalam memfasilitasi siswa sehingga mempunyai mental yang sehat adalah dengan cara memberikan layanan. Kebutuhan peserta didik menjadi hal yang perlu diperhatikan oleh guru bimbingan dan konseling ketika akan memberikan layanan. Muro & Kottman (Yusuf, 2017:50) menyebutkan apabila layanan bimbingan dan konseling tidak diidentifikasi kebutuhan-kebutuhan peserta didik, akan menyebabkan munculnya masalah yang memerlukan remedial. Begitupun ketika menilai kepuasan hidup pada siswa, guru bimbingan dan konseling perlu mengetahui prediktor yang mempengaruhi kepuasan hidup pada remaja, sehingga intervensi atau layanan yang diberikan guna meningkatkan kepuasan hidup bisa tepat sasaran dan mendapatkan hasil yang optimal.

Masalah utama dalam penelitian ini adalah “Bagaimana faktor determinan yang mempengaruhi kepuasan hidup pada remaja”. Secara operasional permasalahan dijabarkan ke dalam pertanyaan penelitian sebagai berikut:

1. Bagaimana gambaran umum kepuasan hidup pada remaja di Kota Tasikmalaya?
2. Bagaimana pengaruh dukungan orang tua terhadap kepuasan hidup pada remaja?
3. Bagaimana pengaruh antara dukungan teman terhadap kepuasan hidup pada remaja?
4. Bagaimana pengaruh antara harga diri terhadap kepuasan hidup pada remaja?
5. Bagaimana pengaruh antara kesehatan fisik terhadap kepuasan hidup pada remaja?
6. Bagaimana pengaruh antara prestasi akademik terhadap kepuasan hidup pada remaja?
7. Bagaimana pengaruh antara status sosial ekonomi keluarga terhadap kepuasan hidup pada remaja?
8. Bagaimana pengaruh antara jenis kelamin terhadap kepuasan hidup pada remaja?

C. Tujuan Penelitian

Secara umum penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor determinan yang dapat mempengaruhi kepuasan hidup pada remaja. Secara lebih khusus tujuan penelitian ini adalah ditemukan fakta empirik tentang :

1. Gambaran umum kepuasan hidup pada remaja di kota Tasikmalaya
2. Pengaruh dukungan orang tua terhadap kepuasan hidup pada remaja
3. Pengaruh dukungan teman terhadap kepuasan hidup pada remaja
4. Pengaruh harga diri terhadap kepuasan hidup pada remaja
5. Pengaruh kesehatan fisik terhadap kepuasan hidup pada remaja
6. Pengaruh prestasi akademik terhadap kepuasan hidup pada remaja
7. Pengaruh status sosial ekonomi keluarga terhadap kepuasan hidup pada remaja
8. Pengaruh jenis kelamin terhadap kepuasan hidup pada remaja

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat baik secara teoritis maupun praktis, yaitu:

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis manfaat penelitian ini diharapkan dapat menambah ilmu pengetahuan tentang salah satu faktor kesejahteraan subjektif yang diperlukan oleh remaja, yaitu kepuasan hidup. Dengan meneliti faktor determinan yang mempengaruhi kepuasan hidup pada remaja, diharapkan hasil temuan penelitian ini dapat bermanfaat bagi remaja dalam mengetahui aspek yang belum optimal dalam hidupnya. Selain itu, temuan ini dapat dijadikan rujukan oleh praktisi dalam meningkatkan kesejahteraan pada remaja.

2. Manfaat Praktis

Secara praktis hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan rujukan bagi para praktisi dalam mengetahui faktor yang mempengaruhi kepuasan hidup pada remaja. Selanjutnya praktisi khususnya guru bimbingan dan konseling atau konselor sekolah dapat membuat rancangan layanan bimbingan dan konseling yang tepat dalam meningkatkan kepuasan hidup pada remaja.