

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang Masalah

Dunia sedang dilanda pandemi global yaitu *Coronavirus Disease-19* (Covid-19). Penyakit virus corona (Covid-19) adalah penyakit menular yang disebabkan oleh virus SARS-CoV-2 yang sangat cepat menyebar kepada masyarakat dan salah satu jenis coronavirus yang dapat menyebar antara orang - orang melalui percikan pernapasan. Virus Covid-19 varian omicron tetap berbahaya walaupun dengan gejala lebih ringan dibandingkan dengan varian terdahulu. Varian ini memiliki mekanisme memasuki sel dengan berbeda. Omicron menginfeksi lebih banyak sel pernapasan bagian atas dan lebih sedikit paru-paru (Adi, 2022).

Masyarakat seluruh dunia terdampak pandemi Covid-19, tidak terkecuali pada kesehatan mental dan emosional remaja. Penelitian psikologis remaja selama pandemi membuktikan jika satu dari empat remaja di seluruh dunia harus menghadapi gejala depresi yang lebih tinggi. Selain itu, bisa dikatakan pandemi Covid-19 telah melipatgandakan gejala depresi dan kecemasan yang terjadi pada anak. Perubahan pola hidup harus dilakukan selama pandemi membuat anak-anak merasakan dampaknya. remaja harus melalui pembelajaran virtual yang melelahkan, terpaksa menghilangkan kegiatan ekstrakurikuler atau luar ruangan dan tidak bisa bertemu dengan teman-teman di sekolah dan membuat remaja merasa tidak bahagia. (Sekar, 2021).

Saat ini, pemerintah sudah memberikan kebijakan terbaru mengenai pembelajaran tatap muka secara terbatas (PTMT) boleh dilakukan 100% di wilayah PPKM level 1 dan 2 artinya kegiatan belajar mengajar akan dilakukan kembali di sekolah secara langsung dengan memperhatikan sejumlah protokol Kesehatan.

*Subjective Well-Being* merupakan gambaran luas yang mengacu pada semua bentuk mengenai evaluasi kehidupan seseorang atau pengalaman emosionalnya, seperti kepuasan, afek positif, dan rendahnya afek negatif (Diener, Oishi, & Lucas, 2015). Agar seseorang mencapai kesejahteraan subjektif, seseorang dapat menyeimbangkan keseimbangan emosi antara perasaan positif yang berhubungan dengan emosi yang menyenangkan dan perasaan negatif yang berhubungan dengan emosi yang tidak menyenangkan. Menurut Hartono dan Sunarto, pergolakan emosi pada remaja disebabkan oleh beberapa faktor yang berpengaruh, seperti lingkungan sekitar tempat tinggal, keluarga, sekolah, ruang lingkup pertemanan, serta aktivitas keseharian yang dilakukan remaja (Putri, 2016).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Haslim dan Hashimah (Putri, 2016) pada 209 remaja menunjukkan bahwa jumlah stress yang dialami remaja berhubungan dengan kehidupan sehari-hari sehingga mempengaruhi kesejahteraan siswa. Hasil penelitian pada 123 remaja usia 15 – 20 tahun yang bertempat tinggal salah satu panti asuhan di Kota Samarinda, 60 orang diantaranya memiliki *subjective well-being* yang rendah, 38 orang memiliki *subjective well-being* di tingkatan sedang, 25

orang lainnya memiliki *subjective well-being* yang tinggi. Rendahnya *subjective well-being* disebabkan karena pola hidup remaja panti asuhan yang berbeda dengan remaja umumnya dan munculnya emosi negatif yang berdampak pada *subjective well-being* mereka (Ramadhan, 2022).

Hasil penelitian lain yang dilakukan oleh Nugraheni (2017) mengenai hubungan antara kematangan emosi dengan *Subjective Well-Being* dalam pernikahan remaja akhir pada perempuan, menunjukkan bahwa adanya hubungan positif yang signifikan antara kematangan emosi dengan *subjective well-being* pada remaja akhir pada perempuan. Artinya, semakin tinggi kematangan emosi pada perempuan yang menikah di masa remaja akhir, maka semakin tinggi pula *Subjective Well-Being* yang dimiliki.

Kematangan emosi merupakan suatu keadaan atau kondisi mencapai taraf kedewasaan berasal perkembangan emosional, sebab pribadi yang bersangkutan tidak lagi menampilkan pola emosional yang pantas bagi remaja (Chaplin, 2012). Kematangan emosi di remaja ialah kemampuan remaja pada mengekspresikan emosi secara sempurna serta wajar menggunakan pengendalian diri, mempunyai kemandirian, memiliki konsekuensi diri, dan mempunyai penerimaan diri yang tinggi (Muawanah, 2012).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Ghofiniyah dan Setiowati (2017) menyebutkan jika terdapat hubungan yang signifikan antara kematangan emosi dan keterampilan sosial dengan penyesuaian diri pada santri Pondok Pesantren Daar Al-Furqon Kudus. Hasil penelitian lain

yang dilakukan oleh Raviyoga & Marheni (2019) adalah bahwa terdapat hubungan antara kematangan emosi dan konformitas teman sebaya dengan perilaku agresivitas pada remaja. Hasil penelitian Handasah (2018) menunjukkan jika ada hubungan positif signifikan antara kematangan emosi dan kontrol diri pada remaja, sehingga kematangan emosi naik, maka kontrol diri pada remaja juga meningkat. Selain itu ada hubungan negatif antara kematangan emosi dan agresivitas pada remaja, sehingga jika kematangan emosi tinggi, maka agresivitas pada remaja menurun, begitu pun sebaliknya.

Selain itu, pada penelitian yang dilakukan oleh Santiko (2022) menyebutkan jika kematangan emosi pada siswa kelas XI SMAN 2 Pati di masa pandemi memiliki tingkat yang berbeda-beda di masa pandemi Covid-19. Pada hasil tes, bahwa 5 siswa tersebut memiliki kematangan emosional yang tinggi dibersamai dengan perolehan hasil belajar pendidikan jasmani yang diatas KKM (Kriteria Ketuntasan Minimum) berdasarkan aspek kognitif, afektif, dan psikomotor.

SMAN 3 Karawang adalah salah satu sekolah favorit dengan kegiatan ekstrakurikuler menarik sehingga kondisi di SMAN 3 Karawang saat ini diberlakukan pembelajaran daring dan luring terbatas. pembelajaran luring terbatas diwajibkan menggunakan masker, kerja kelompok, tidak diperbolehkan adanya kegiatan ekstrakurikuler secara langsung yang menyebabkan *subjective well-being* siswa bermasalah.

Berdasarkan wawancara dengan 10 remaja di SMAN 3 Karawang, diketahui bahwa terdapat perbedaan masalah kebahagiaan selama pandemi. Reaksi pertama mereka dalam libur sekolah semasa pandemi awalnya menyenangkan tapi karena 2 tahun tidak sekolah di tatap muka mereka menjadi tidak bahagia karena kegiatan semua dilakukan secara daring dan bertemu teman saja tidak bisa harus memakai masker sehingga tidak leluasa. Enam dari sepuluh remaja mengatakan “Lebih baik saya masuk sekolah karena saya tidak bahagia di rumah kurang menyukai sekolah *online* dan lebih baik sekolah biasa”. empat dari sepuluh remaja yang lain berkata “Saya lebih baik di rumah karena bisa melakukan berbagai aktivitas yang membuat saya bahagia”.

Peneliti bertanya apakah pertama masuk sekolah kalian kesusahan untuk mendapatkan teman dan merasa ressa takut tidak memiliki teman ketika sekolah secara *daring*, enam dari sepuluh remaja mengatakan sangat resah dan takut tidak mempunyai teman dikarenakan belajar melalui layar handphone saja dan itupun cuman tahu namanya saja, sedangkan empat dari sepuluh mengatakan biasa saja tidak merasa ressa karena tidak dekat dengan teman sekelas.

Ketika peneliti bertanya mengenai mulai diberlakukan pembelajaran tatap muka di sekolah, enam dari sepuluh remaja mengatakan sangat bersemangat untuk memulai pembelajaran tatap muka, sedangkan empat dari sepuluh remaja lainnya mengatakan tidak siap untuk mengikuti pembelajaran secara tatap muka. enam dari sepuluh remaja mengatakan

bahwa selama belajar dirumah emosi mereka tidak stabil dan diperlukan dukungan dari orang rumah sedangkan empat dari sepuluh mengatakan emosi mereka cenderung stabil. Enam remaja lainnya mengatakan merasakan bahagia ketika bersekolah. Sedangkan empat remaja lain mengatakan tidak merasa bahagia ketika masuk sekolah. Mereka berpikir jika pandemi covid-19 ini sangat mengganggu aktivitas mereka sehingga mereka tidak bahagia dan mudah terpancing emosi.

Berdasarkan hasil wawancara diatas disimpulkan bahwa pada awal diberlakukan sekolah secara daring, siswa merasakan afek positif pada dirinya. Selama dua tahun sekolah secara daring, mulai timbul perbedaan yaitu adanya afek positif dan afek negatif pada kesejahteraan subjektifnya, Siswa dengan afek negatif merasa proses belajar daring menjadi tidak berjalan dengan baik dan menghambat aktivitas keseharian siswa baik diluar atau pun di dalam rumah, termasuk untuk beradaptasi dengan sekolah baru seiring dengan meningkatnya jenjang pendidikan. Sedangkan siswa dengan afek positif merasa proses belajar secara daring berjalan dengan baik serta mampu menghadapi hambatan yang ada. Termasuk untuk beradaptasi dengan sekolah baru seiring dengan meningkatnya jenjang pendidikan.

Hal ini sejalan dengan Jiao dkk (dalam Saraswati dkk, 2021) menyebutkan jika pembelajaran daring untuk anak dan remaja yang dilakukan di rumah, berkaitan dengan ketidakpastian pada keadaan sehingga menimbulkan kecemasan akibat dari gangguan dalam pendidikan, aktivitas fisik, serta kesempatan untuk bersosialisasi turut berkurang pula.

Diperkuat pula dengan hasil penelitian dari Willenberg dkk (dalam Saraswati dkk, 2021) menyebutkan bahwa berbagai faktor yang mempengaruhi kesehatan mental pada remaja di Indonesia sangat berkaitan dengan hubungan keluarga terutama orang tua, tekanan yang dialami di sekolah, serta paparan media sosial.

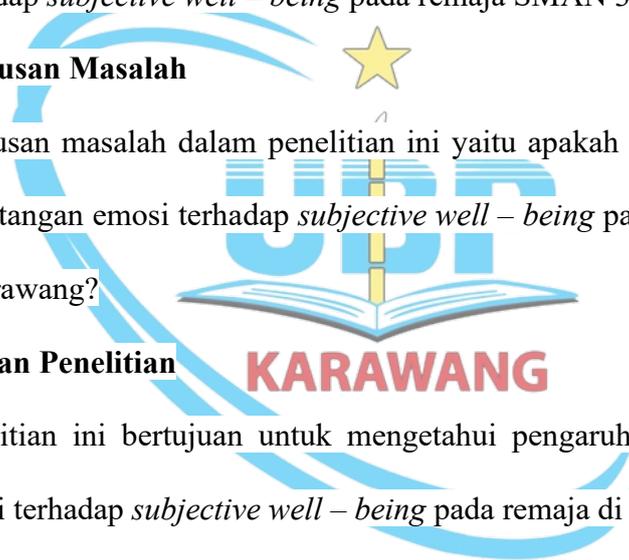
Berdasarkan latar belakang permasalahan maka peneliti tertarik untuk ya melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh kematangan emosi terhadap *subjective well – being* pada remaja SMAN 3 Karawang”.

#### **B. Rumusan Masalah**

Rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu apakah ada pengaruh antara kematangan emosi terhadap *subjective well – being* pada remaja di SMAN 3 Karawang?

#### **C. Tujuan Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh antara kematangan emosi terhadap *subjective well – being* pada remaja di SMAN 3 Karawang.



## D. Manfaat Penelitian

### 1. Manfaat Teoritis

Memberikan informasi dan menambah wawasan dalam bidng psikologi social menegani pengaruh kematangan emosi terhadap *subjective well-being* pada remaja di SMAN 3 Karawang.

### 2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan bisa menjadi sumber pengetahuan, dan informasi tambahan untuk berbagai pihak, diantaranya:

1. Bagi remaja, dapat memberikan informasi mengenai pentingnya untuk meningkatkan kematangan emosi dan untuk meningkatkan *subjective well-being* pada diri remaja dalam menjalani kegiatan di sekolah.
2. Bagi peneliti lain, penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat untuk menjadi masukan, bahan pertimbangan, sebagai acuan untuk penelitian selanjutnya.