

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Adanya pandemi selama tiga tahun ke belakang membuat pemerintah menerapkan sejumlah kebijakan agar dapat melandaikan kurva peningkatan penyebaran virus Covid-19 salah satunya yaitu pemberlakuan pembatasan kegiatan masyarakat (PPKM) bagi setiap wilayah di Indonesia (Kompaspedia, 2021). Dengan diberlakukannya PPKM ini banyak kegiatan masyarakat yang harus di sesuaikan kembali dengan kebijakan tersebut. Sehingga, tatanan kehidupan dalam masyarakat pun berubah mulai dari dibatasinya interaksi sosial hingga berubahnya pola kehidupan masyarakat sekarang, dalam hal ini masyarakat dituntut untuk dapat beradaptasi dan terbiasa dengan tatanan kehidupan yang baru di masa pandemi Covid-19 (Suara Merdeka, 2021). pandemi Covid-19 tidak hanya berdampak pada kesehatan fisik tetapi berdampak juga pada kesehatan mental dan psikososial seseorang termasuk bagi remaja.

Masa remaja merupakan masa dimana individu mengalami perubahan yang cepat dalam kehidupan. Hal ini disebabkan oleh perubahan biologis, kognitif, dan sosio-emosional. Periode ini juga dikatakan sebagai masa transisi dari kanak-kanak menuju masa dewasa (Karaman dalam Sardi, 2020). Masa remaja dianggap sebagai masa labil karena pada masa ini individu berusaha untuk mencari jati dirinya dan mudah sekali menerima informasi dari luar tanpa

ada pemikiran lebih lanjut (Hurlock dalam Kumalasari, 2012). Sementara itu menurut Santrock (2012) Masa remaja adalah suatu periode transisi dalam rentang kehidupan manusia yang menjembatani antara masa kanak-kanak dengan masa dewasa. Adapun masa remaja berlangsung dari usia 12-22 tahun. Selain memiliki perubahan yang khas dalam perkembangan, remaja juga dituntut untuk dapat menyesuaikan diri terhadap segala aktivitas serta memiliki tanggung jawab akan pendidikan.

Menurut UU No. 20 tahun 2003 tentang sistem pendidikan nasional, pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara. Jalur pendidikan terdiri atas pendidikan formal, nonformal dan informal yang saling melengkapi dan memperkaya.

Pada penelitian ini akan mengambil fokus pada pendidikan formal. Menurut UU No. 20 Tahun 2003, pendidikan formal merupakan jalur pendidikan yang terstruktur dan berjenjang yang terdiri atas pendidikan dasar, pendidikan menengah dan pendidikan tinggi. Sekolah Menengah Atas (SMA) salah satu jalur pendidikan formal yang berjenjang pendidikan menengah. Sekolah Menengah Atas (SMA) merupakan tempat yang akan menjadi tujuan dalam penelitian ini, lebih spesifik nya penelitian ini akan difokuskan di SMAN 3 Karawang. SMAN 3 Karawang adalah sekolah menengah negeri yang beralamat di Jl, Banten By Pass, Karangpawitan, Kec. Karawang Barat, Kab.

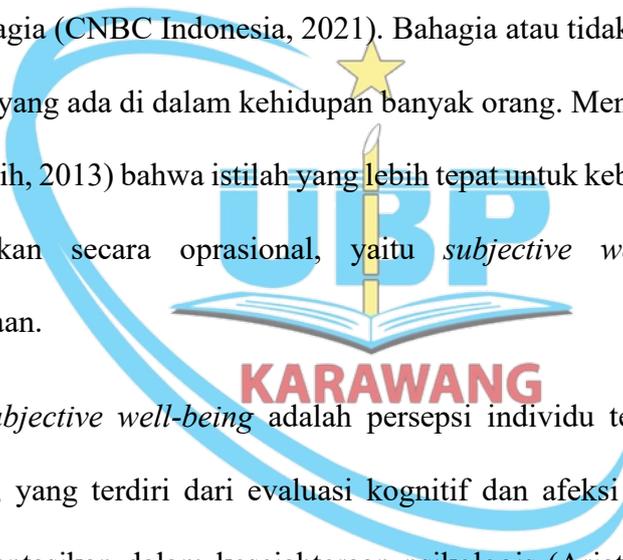
Karawang. Alasan memilih SMA ini karena SMAN 3 Karawang merupakan salah satu SMA favorit dan sekolah unggulan di Kabupaten Karawang. Selain itu, SMAN 3 Karawang juga sudah terakreditasi A.

Pandemi Covid-19 memberikan dampak negatif bagi pendidikan yaitu dengan diberhentikannya proses pembelajaran yang kemudian dialihkan menjadi metode pembelajaran jarak jauh dengan menggunakan sistem daring. Tentunya hal ini memberikan kesulitan bagi remaja karena mereka dituntut untuk bisa beradaptasi dengan cepat terhadap proses pembelajaran daring, ternyata hal ini menimbulkan masalah dan stress bagi remaja. Salah satu faktor penyebab stress remaja dikarenakan siswa merasa kesulitan belajar di rumah (Ananda dan Apsari, 2020). Berdasarkan survei KPAI sekitar 76,7% siswa mengaku tidak senang dengan pembelajaran jarak jauh (PJJ) dan 81,8% siswa mengaku proses ini menekan pada pemberian tugas bukan pada diskusi.

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. Untuk mendukung kebijakan baru pemerintah mengenai sistem pembelajaran PTM 100% KPAI melakukan survei singkat terhadap persepsi orang tua tentang PTM ditengah melonjaknya kasus Covid. Adapun hasilnya, sebanyak 61% responden menyetujui kebijakan PTM 100% dan sebanyak 39% tidak menyetujui kebijakan tersebut (Liputan6, 2022). Namun, dalam

pelaksanaanya masih terdapat kendala baik dari tenaga pengajar maupun siswa sehingga belum maksimal dan masih berdampak bagi psikologis remaja.

Pada tahun 2021 Badan Pusat Statistik (BPS) merilis indeks kebahagiaan indonesia 2021 untuk mengetahui provinsi mana saja yang masuk dalam kategori paling bahagia dan paling tidak bahagia. Survei pengukuran tingkat kebahagiaan (SPTK) ini dilakukan setiap 3 tahun sekali. Dalam Survei ini diketahui bahwa provinsi jawa barat termasuk ke dalam 10 provinsi paling tidak bahagia (CNBC Indonesia, 2021). Bahagia atau tidak bahagia merupakan suatu hal yang ada di dalam kehidupan banyak orang. Menurut Luthans (dalam mujamiasih, 2013) bahwa istilah yang lebih tepat untuk kebahagiaan yang dapat didefinisikan secara oprasional, yaitu *subjective well-being* bukannya kebahagiaan.



Subjective well-being adalah persepsi individu terhadap pengalaman hidupnya, yang terdiri dari evaluasi kognitif dan afeksi terhadap hidup dan merepresentasikan dalam kesejahteraan psikologis (Ariati, 2010). Sedangkan menurut Diener (dalam Sardi, 2020) *subjective well-being* mengacu pada evaluasi afektif dan evaluasi kognitif pada kehidupan individu. Dalam *subjective well-being* menurut Diener (2009) mengungkapkan bahwa *subjective well-being* mempunyai dua aspek, yaitu aspek afektif dan aspek kognitif. Aspek afektif adalah reaksi individu terhadap kejadian-kejadian dalam hidup yang meliputi emosi yang menyenangkan dan emosi yang tidak menyenangkan, sedangkan aspek kognitif adalah evaluasi kognitif yang dilakukan saat seseorang memberikan evaluasi secara sadar dan menilai kepuasan mereka

terhadap kehidupan secara keseluruhan atau penilaian evaluatif mengenai aspek-aspek khusus dalam kehidupan seperti kepuasan kerja, minat, dan hubungan. Setiap individu tentu saja memiliki penilaian terhadap aspek *subjective well-being* yang berbeda dengan individu yang lain.

Hasil penelitian dari Nadyatusofa (2017), mengenai *subjective well-being* pada remaja putri yang tinggal dipanti asuhan menunjukkan bahwa ke 6 subjek merasakan perbedaan yang terjadi dalam kehidupan subjek dulu dan saat ini, perubahan inilah yang membuat ke 6 subjek merasa bersyukur karena masuk ke panti.

Berdasarkan wawancara yang dilakukan dengan 10 orang remaja di SMAN 3 Karawang, diketahui bahwa mereka merasa pandemi berpengaruh terhadap kehidupannya. Pada awalnya dengan adanya sekolah dirumah mereka merasa senang namun semakin lama pandemi tidak juga usai mereka merasa tidak nyaman dengan keadaan yang membuat mereka menjadi tidak leluasa dalam melakukan aktivitas. Saat ditanya apakah suka dengan sistem sekolah *online*. tujuh dari sepuluh orang siswa mengatakan tidak suka sekolah *online*, mereka ingin masuk sekolah seperti biasa lagi karena merasa lebih bebas dan mudah mendapatkan kebahagiaan karena bertemu dengan teman-temannya. Namun, tiga dari sepuluh orang siswa mengatakan bahwa mereka senang sekolah *online* dan merasa tidak terganggu kebahagiaannya. Kemudian, saat ditanya apa kesulitan selama sekolah *online* mereka mempunyai kesulitan yang sama yaitu kesulitan untuk memahami materi dan kesulitan dalam mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru sehingga mereka merasa terbebani. Selain itu,

mereka juga mengalami perubahan emosi yaitu menjadi lebih sensitif, merasa tidak puas dan suka mengeluh, tetapi ada juga remaja yang bisa mengatur dan mengontrol emosinya menjadi lebih positif disaat pandemi. Kemudian, saat ditanya mengenai sekolah akan dilakukan *offline* atau tatap muka kembali jawaban yang didapatkan sangat beragam, tujuh dari sepuluh remaja merasa senang dan bersemangat untuk melakukan sekolah tatap muka. Namun, tiga dari sepuluh remaja mengatakan kurang siap untuk sekolah secara tatap muka karena sudah terbiasa dengan sekolah *online*. Remaja juga merasa kesulitan untuk berkomunikasi dengan teman dan gurunya karena hanya bisa melalui media *online* saja.

Berdasarkan wawancara diatas, adanya remaja yang merasa tidak nyaman dan merasa terbebani dengan tanggung jawab sekolah, serta mempunyai perubahan emosi menjadi lebih sensitif. Sehingga hal ini menimbulkan perasaan negatif yang mempunyai efek bagi kehidupan remaja seperti malas, stress, dan cemas. Remaja tidak dapat menerima materi dengan baik, tidak puas dengan pembelajaran *online* dan terbebani oleh banyaknya tugas. Remaja merasa interaksi dengan teman dan guru menjadi sangat terbatas. Dominannya pengalaman emosi negatif dibandingkan pengalaman emosi positif serta kurang puasnya terhadap kehidupan menunjukkan bahwa remaja memiliki permasalahan yang berhubungan dengan aspek-aspek *subjective well-being*.

Hal ini sejalan dengan penelitian Putri (2016) yang menyatakan adanya berbagai tuntutan dan perubahan yang dirasakan oleh siswa, mengharuskan

siswa untuk mampu menyesuaikan diri dengan baik karena hal ini berdampak pada kesejahteraan subjektif remaja. Selain itu, permasalahan - permasalahan dalam hubungan sosial yang dialami siswa juga dapat mempengaruhi kesejahteraan subjektif remaja.

Salah satu faktor yang mempengaruhi *subjective well-being* adalah dukungan sosial. Sebagaimana penelitian Abbey dkk (dalam Putri, 2016), bahwa dukungan sosial mampu meringankan beban masalah yang dihadapi oleh individu sehingga dapat lebih meningkatkan kesejahteraan subjektif. Menurut Sarafino dan Smith (2017), dukungan sosial merupakan suatu bentuk yang dapat diartikan sebagai kenyamanan, perhatian, penghargaan serta bantuan dari yang diterima individu dari orang lain, maksud orang lain disini yaitu bisa berarti individu perorangan maupun kelompok. Dukungan sosial merupakan bantuan yang ditujukan kepada individu dan diperoleh dari orang yang berarti bagi individu tersebut. Dukungan sosial adalah salah satu hal penting dalam memelihara keadaan psikologis individu yang mengalami tekanan, sehingga dapat menimbulkan pengaruh positif yang akan mengurangi gangguan psikologis (Kurnia, 2018). Lebih lanjut menurut Sarafino dan Smith (2017) menjelaskan bahwa terdapat beberapa aspek dukungan sosial antara lain dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dan dukungan informasi. Sehingga dukungan sosial dibutuhkan untuk mewujudkan *subjective well-being*.

Penelitian terdahulu menunjukkan bahwa dukungan sosial dapat mempengaruhi *subjective well-being*. Sardi (2020) dalam penelitiannya mengenai pengaruh dukungan sosial teman sebaya terhadap *subjective well-being* pada Remaja menunjukkan bahwa terdapat pengaruh positif dukungan sosial teman sebaya terhadap *subjective well-being* pada remaja. Selanjutnya, hasil penelitian Laurita (2021), mengenai pengaruh dukungan sosial online terhadap kesejahteraan subjektif pada remaja menunjukkan terdapat pengaruh yang signifikan pada dukungan sosial online terhadap kesejahteraan subjektif pada remaja.

Berdasarkan uraian latar belakang permasalahan di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “Pengaruh Dukungan Sosial terhadap *Subjective Well Being* pada Remaja di SMAN 3 Karawang”.

B. Rumusan Masalah

Berkaitan dengan permasalahan yang telah dikemukakan diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu “apakah ada pengaruh dukungan sosial terhadap *subjective well-being* pada remaja di SMAN 3 Karawang”.

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas, maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh dukungan sosial terhadap *subjective well-being* pada remaja di SMAN 3 Karawang.

D. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat baik secara teoritis dan manfaat praktis, sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

- a. Memberikan sumbangan penelitian bagi pengembangan ilmu psikologi mengenai pengaruh dukungan sosial terhadap *subjective well-being* pada remaja di SMAN 3 Karawang.
- b. Memberikan informasi dan menambah wawasan dalam bidang psikologi sosial mengenai  pengaruh dukungan sosial terhadap *subjective well-being* pada remaja di SMAN 3 Karawang.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Remaja

Memberikan informasi mengenai pentingnya dukungan sosial bagi remaja serta untuk meningkatkan *subjective well-being* pada diri remaja dalam menjalani kegiatan di sekolah.

b. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat untuk menjadi masukan, bahan pertimbangan serta sebagai *referensi* untuk penelitian selanjutnya.

