

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **2.1 Kesejahteraan Psikologis**

##### **2.1.1 Pengertian Kesejahteraan Psikologis**

Kesejahteraan psikologis adalah istilah yang menggambarkan kesehatan psikologis individu berdasarkan kriteria fungsi psikologi positif (Ryff, 1989). Lebih lanjut, Ryff & Keyes (1995) mendefinisikan kesejahteraan psikologis sebagai suatu kondisi individu yang memiliki tujuan hidup, mampu membuat keputusan sendiri, mengatur segala perilakunya sendiri, menciptakan lingkungan yang sesuai dengan dirinya sendiri, mampu mengeksplorasi diri, serta membuat hidup lebih bermakna. Ramadhani dkk, (2016) menjelaskan kesejahteraan psikologis sebagai keadaan mental seseorang yang positif seperti merasa bahagia dan puas akan kehidupannya, serta kondisi psikologis yang terhindar dari stres. Dewi (2012) juga menjelaskan kesejahteraan psikologis merupakan gambaran kesehatan psikologis individu berdasarkan pemenuhan fungsi psikologi positif. Kesejahteraan psikologis sering kali dimaknai sebagai bagaimana seorang individu mengevaluasi dirinya dengan baik

Berdasarkan pengertian tersebut, dapat disimpulkan bahwa kesejahteraan psikologis adalah kemampuan individu untuk mandiri, menentukan tujuan hidup, memiliki hubungan yang baik dengan orang lain, menciptakan lingkungan yang sesuai dengan diri sendiri, mampu menerima kelebihan dan kekurangan, serta mengeksplorasi diri sehingga dapat mencapai kebahagiaan dan menemukan makna dalam hidup.

### 2.1.2 Aspek Kesejahteraan Psikologis

Individu yang memiliki kesejahteraan psikologis yang baik apabila memenuhi keenam aspek menurut Ryff (1989), antara lain:

- (1) *Self acceptance* atau penerimaan diri: Merupakan kemampuan seseorang dalam menerima keadaan diri secara menyeluruh, baik dari masa lalu maupun masa kini.
- (2) *Positive relation with others* atau hubungan positif dengan orang lain: Merupakan kemampuan seseorang dalam menjalin hubungan yang hangat, saling mempercayai satu sama lain, dan saling peduli.
- (3) *Autonomy* atau kemandirian: : Merupakan kemampuan seseorang dalam bertahan dari tekanan sosial, mengatur tingkah laku, dan bersikap mandiri.
- (4) *Environmental mastery* atau penguasaan lingkungan: : Merupakan kemampuan seseorang dalam mengatur kondisi sekitar dan mengupayakan mengurangi dampak luar terhadap diri sendiri.
- (5) *Purpose in life* atau tujuan hidup: Merupakan kemampuan seseorang dalam memiliki target atau tujuan-tujuan yang ingin dicapai dalam hidupnya
- (6) *Personal growth* atau pertumbuhan pribadi: Merupakan kemampuan seseorang dalam memandang dirinya mampu berkembang dan bertumbuh lebih baik.

Aspek yang lain dikemukakan oleh Ryan dan Deci (2001) bahwa aspek kesejahteraan psikologis terdiri dari :

- (1) Otonomi merupakan adanya fluktuasi harian pada kepuasan dari otonomi dan kompetensi selama 2 minggu, ada perbedaan level otonom dan kompetensi seseorang yang memprediksi.

- (2) Kompetensi ialah seseorang dilihat bersamaan dengan otonomi yang membedakan prediksi tentang kebahagiaan dan ketakutan.
- (3) Hubungan yang positif ditemukan menjadi salah satu hal yang sangat berhubungan dengan pengalaman emosi yang dalam seperti anti stress dan melawan kerusakan fungsi.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa aspek dari kesejahteraan psikologis yaitu *self acceptance*, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup dan pertumbuhan pribadi. Kesejahteraan psikologis terkandung dalam enam dimensi yaitu penerimaan akan dirinya, terciptanya hubungan baik dengan lingkungannya, Sikap otonomi, memiliki keterampilan penguasaan lingkungan, memiliki penguasaan lingkungan, memiliki tujuan hidup dan memiliki pertumbuhan pribadi yang kontinu.

### **2.1.3 Faktor-faktor Kesejahteraan Psikologis**

Dewi (2012) menyebutkan faktor kesejahteraan psikologis sangat dipengaruhi oleh: usia, jenis kelamin, pendapatan dan status sosial ekonomi, pendidikan, status pernikahan, pengalaman dan interpretasinya, tempramen dan kepribadian. Aisyah & Chisol (2018) juga mengelompokkan faktor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis menjadi dua, yaitu :

#### **1. Faktor internal yang meliputi**

##### **a. Usia**

Semakin dewasa usia seseorang, maka semakin memungkinkan pula orang tersebut dapat memiliki tingkat kesejahteraan psikologis

yang baik, karena pada usia seseorang tersebut, kesehatan mental yang dimiliki lebih positif dan sudah memiliki orientasi hidup yang lebih baik dan jelas

b. Jenis Kelamin

Individu dengan jenis kelamin perempuan cenderung memiliki konsep kesejahteraan psikologis yang lebih baik daripada laki-laki. Kecenderungan tersebut dikarenakan kemampuan perempuan yang lebih baik dalam menjalin hubungan dan komunikasi dengan orang lain.

2. faktor eksternal yang meliputi :

a. Status sosial ekonomi

Faktor ini lebih cenderung ke arah tujuan hidup dan penerimaan diri. Seseorang yang memiliki status ekonomi rendah cenderung akan menutup diri dari tujuan hidup karena merasa tujuan hidup itu tidak terlalu penting

b. Budaya

Budaya dalam hal ini merupakan simbol atau perilaku tertentu pada suatu daerah yang sangat melekat pada penduduk setempat, dengan demikian keberadaan budaya sangat mempengaruhi kesejahteraan psikologis seseorang.

c. Religiusitas

Penelitian yang dilakukan oleh Amawidyati dan Utami (2007) menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat religiusitas, maka semakin

tinggi pula kesejahteraan psikologis seseorang tersebut. Hal ini dikarenakan ketika individu dapat meningkatkan pengetahuan dan pengalaman dalam beragamanya, seseorang akan lebih tenang dalam menjalani hidup karena sudah menyerahkan hidupnya pada Tuhan.

#### d. Dukungan Sosial

Informasi, dan umpan balik dari orang lain yang menunjukkan bahwa seseorang dicintai, diperhatikan, dihargai, dihormati dan dilibatkan dalam jaringan komunikasi.

Menurut Miller dan Mancuso (2015) menyebutkan salah satu element di dalam lingkungan sosial yang ada adalah religiusitas dan keagamaan, faktor ini tidak dapat dipisahkan dari manusia khususnya bagi para penduduk di Asia. faktor religiusitas dan juga keimanan seseorang memiliki andil pula dalam membentuk kesejahteraan psikologis orang tersebut.

Berdasarkan uraian diatas, dapat disimpulkan bahwa faktor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis yaitu dukungan sosial, status sosial, jaringan sosial, religiusitas dan kepribadian.

## **2.2 Remaja**

### **2.2.1 Pengertian Remaja**

Remaja merupakan fase usia yang penuh perjuangan. Pada masa ini remaja beralih untuk meninggalkan peran sebagai anak-anak menuju peran dan tanggung jawab sebagai orang dewasa (Newman & Newman, 2012). Menurut Santrock (2013) masa remaja merupakan masa peralihan dari anak-anak menuju dewasa, rentang usia remaja dimulai

dari usia 10-12 tahun dan berakhir pada usia 21-22 tahun. Rentang usia tersebut dibagi menjadi tiga tahap yaitu remaja awal (12-15 tahun), remaja tengah (15-18 tahun), dan remaja akhir (18-22 tahun). Setiap tahapan usia remaja memiliki tugas perkembangan masing-masing.

Berdasarkan penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa individu memasuki tahap remaja pada usia 10 tahun sampai 21 tahun. Pada usia seperti itu remaja mulai mengalami perubahan dari fisik, kognitif, emosi maupun dari segi sosial sehingga remaja cenderung berusaha untuk membuktikan dirinya lewat tindakan.

### **2.2.2 Aspek-Aspek Perkembangan Remaja**

Masa remaja merupakan masa peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa yang tentunya mencakup berbagai perubahan-perubahan seperti perubahan fisik, kognitif, serta sosio-emosionalnya. Perkembangan Fisik, perubahan fisik merupakan perkembangan keterampilan motorik pada remaja. Menurut Santrock (2013) perubahan fisik adalah perubahan pada tubuh, otak, kapasitas sensorik dan keterampilan motorik. Perubahan fisik biasanya ditandai dengan adanya pubertas yang menjadi tanda kematangan organ seksual pada remaja.

Perkembangan Kognitif, Menurut Santrock (2013) pemikiran remaja semakin abstrak, logis, dan idealis, lebih mampu menguji pemikiran diri sendiri, pemikiran orang lain; dan apa yang orang lain pikirkan tentang diri mereka; serta cenderung menginterpretasikan serta memantau dunia sosial.

Masa remaja adalah dimana pengambilan keputusan mulai meningkat. Transisi dalam pengambilan keputusan muncul kira-kira pada usia 11 hingga 16 tahun. Remaja

yang lebih tua lebih kompeten dalam mengambil keputusan dibanding remaja yang lebih muda, dimana remaja lebih kompeten dibanding anak-anak ( Santrock, 2013).

Berdasarkan uraian diatas, maka dapat disimpulkan bahwa aspek perkembangan remaja antara lain dengan pertumbuhan fisik dan penyelesaian masalah dalam diri sendiri yang dapat dilakukan dengan baik karena terpenuhi aspek-aspek perkembangan fisik, perkembangan kognitif, perkembangan kepribadian sosial.

## **2.3 Panti Asuhan**

### **2.3.1 Pengertian Panti Asuhan**

Panti asuhan adalah rumah atau tempat tinggal untuk memelihara dan merawat anak yatim, yatim piatu dan sebagainya (Casmimi, 2007). Secara etimologi panti asuhan adalah berasal dari dua kata yaitu kata panti yang berarti suatu lembaga atau kesatuan kerja yang merupakan prasarana dan sarana yang memberikan pelayanan sosial berdasarkan profesi pekerjaan sosial, dan asuh mempunyai arti berbagai upaya yang diberikan kepada anak yang tidak mempunyai orang tua, anak terlantar, dan anak yang mempunyai masalah perilaku, yang bersifat sementara sebagai pengganti orang tua atau keluarga agar dapat tumbuh dan berkembang dengan wajar baik secara rohani, jasmani, maupun sosial (Feldman, 2012). Panti asuhan menurut Notodirjo (Sarwono, 2013) adalah suatu rumah kediaman yang cukup besar yang memberikan perawatan dan asuhan kepada sejumlah besar anak yang terlantar selama jangka waktu tertentu serta memberi pelayanan anak dalam memenuhi kebutuhan fisik, mental dan sosial pada anak asuh.

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa panti asuhan adalah tempat atau suatu lembaga yang menampung dan bertanggung jawab untuk mengasuh anak yatim piatu, maupun anak terlantar. Panti asuhan harus memberikan pelayanan yang

terbaik untuk anak-anak tersebut, baik itu dalam pemenuhan kebutuhan fisik, psikis, maupun sosialnya agar perkembangan anak ataupun remaja yang tinggal di panti asuhan tidak terhambat dan menjadi sama dengan anak-anak atau remaja lainnya di luar panti asuhan

### **2.3.2 Peran Panti Asuhan**

Panti asuhan berfungsi sebagai sarana pembinaan dan pengentasan anak terlantar. Menurut Departemen Sosial Republik Indonesia (2007 ) panti asuhan mempunyai fungsi sebagai berikut :

- a. Sebagai pusat pelayanan kesejahteraan sosial anak. Panti asuhan berfungsi sebagai pemulihan, perlindungan, pengembangan dan pencegahan.
- b. Sebagai pusat data dan informasi serta konsultasi kesejahteraan sosial anak.
- c. Panti asuhan sebagai lembaga yang melaksanakan fungsi keluarga dan masyarakat dalam perkembangan dan kepribadian anak-anak remaja, berfungsi sebagai pusat pengembangan keterampilan.

Notodirjo (Sarwono, 2013) menyatakan bahwa fungsi panti asuhan adalah membantu merawat dan melayani anak yang terlantar sehingga anak-anak itu dapat dibimbing dan diarahkan dengan benar serta memperoleh perkembangan pribadi yang sehat. Kemudian memperoleh keterampilan dalam bekerja, serta ketentraman jasmani dan rohaninya. Serta memberikan pendidikan dan bimbingan bagi anak.

Berdasarkan teori-teori yang sudah dijelaskan maka dapat disimpulkan, panti asuhan berfungsi sebagai penyedia sarana dan prasarana anak asuh serta memberikan pelayanan, perhatian, kasih sayang, pendidikan dan bimbingan kepada anak asuh. Panti



asuhan juga bertanggung jawab untuk memberikan dan mengasah keterampilan-keterampilan anak asuh agar siap untuk bekerja.

#### **2.4 Dinamika Kesejahteraan Psikologis Remaja Panti Asuhan Simo Boyolali**

kesejahteraan psikologis adalah adanya keterikatan untuk dapat berhubungan dengan orang lain secara positif, memahami diri pribadi, otonomi, memahami tujuan hidup dan makna kehidupan. Dalam kehidupan tentu beragam keadaan seseorang dari aspek lingkungan maupun aspek lainnya, hal ini berkaitan karena setiap orang mempunyai karakteristik yang berbeda. Tidak lepas dari kehidupan di Panti Asuhan Simo Boyolali yang masing-masing anak asuh memiliki karakter yang berbeda sehingga menimbulkan keberagaman untuk mencapai kesejahteraan psikologis mereka masing-masing. Mayoritas anak asuh Panti ialah mereka yang ditinggal oleh bapak/ibu bahkan keduanya, mereka harus tumbuh dan menjalani kehidupan mereka dengan keadaan yang berbeda dengan teman lainnya, hal itu bisa menjadi acuan maupun ganjalan dalam menggapai cita-cita. Dalam hal ini pengurus panti harus bisa menumbuhkan semangat dan motivasi terhadap anak-anak panti agar mereka bisa mempunyai gairah untuk bangkit dari keterpurukan karena rasa sedih. Dalam menumbuhkan lingkungan positif, pengurus panti wajib mengetahui karakter masing-masing anak asuhnya, dengan begitu pengurus memahami langkah apa dan bagaimana yang harus diambil ketika menmbri semangat dan motivasi terhadap anak asuh.

#### **2.5 Pertanyaan Penelitian**

2.5.1 Bagaimana gambaran umum tingkat kesejahteraan psikologis remaja yang tinggal di Panti Asuhan Simo Boyolali?