

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kesehatan mental bagi individu merupakan suatu hal yang penting juga mendasar guna menentukan kualitas hidupnya. Dengan sehatnya mental seseorang maka akan sehat pula apa yang akan dilakukannya. Sehatnya perilaku seseorang meliputi tidak merugikan diri sendiri dan juga orang lain, berpikir positif dan rasional serta melakukan perilaku positif lainnya. Menurut WHO, Kesehatan mental merupakan suatu keadaan sempurna individu baik secara fisik, mental, dan sosial, serta keadaan sejahtera yang ditandai dengan kesadaran diri, mampu mengatasi masalah hidup dengan baik, produktif, dan dampak positif terhadap lingkungan.¹ Individu yang memiliki kondisi mental yang sehat akan mampu mencapai serta mempertahankan fungsi psikologis, sosial serta dapat merasakan kesejahteraan yang maksimal.

Kesejahteraan psikologis atau biasa disebut dengan *psychological well-being* merupakan salah satu aspek penting yang turut menentukan kesehatan mental seseorang. Menurut Ryff dan Singer, pencapaian psikologis seperti kemampuan untuk menerima kelebihan dan kekurangan diri sendiri, menciptakan hubungan yang bermakna dengan orang lain dan lingkungannya, mandiri, mampu mengatur lingkungannya, merasa berkembang dan memiliki tujuan dalam hidup adalah hal-hal yang mengarah pada *psychological well-being*.² Khan, Taghdisi,

¹ World Health Organization (Vismita G.S.) "Health and Well-Being", <https://www.who.int/>, diakses pada 25 Januari 2023.

² Ryff C & Singer D, *Psychological well-being : Meaning, measurement, and implications for psychotherapy research*, 65 (1)

dan Nourijelyani, berpendapat bahwa *psychological well-being* pada remaja dapat berupa kepuasan hidup, pemahaman tentang banyak emosi positif, pencapaian fungsi akademik, berkepribadian kuat dan memiliki banyak nilai hidup.³

Kenyataannya, banyak individu yang masih rendah tingkat kesejahteraan psikologisnya, khususnya remaja. Menurut Saputro, hal itu terlihat dari betapa sulitnya remaja menyelesaikan masalahnya, kurang puas dengan dirinya sendiri dan memiliki anggapan bahwa dalam penyelesaian masalahnya selalu tidak sesuai kenyataan.⁴ Menurut Prabowo, Remaja kurang mampu menyaring informasi dengan baik karena mereka memiliki tingkat keingintahuan yang tinggi terhadap sesuatu tetapi perilakunya masih labil. Mereka sering terlibat dalam perilaku yang mengarah pada kriminalitas dan penyimpangan. Ambarita berpendapat, bahwa perilaku tersebut membuat remaja sulit untuk melakukan pengendalian diri, sehingga dapat berdampak pada kesejahteraan psikologisnya.⁵

Peneliti mencoba mencari pengaruh tingkat *psychological well-being* ini dari pengasuhan. Bentuk pengasuhan yang dipilih adalah pengasuhan demokratis. Alasan pemilihan pengasuhan demokratis sebagai variabel independen didasari oleh penelitian terdahulu yang meneliti permasalahan yang serupa. Penelitian itu berjudul “pengaruh pola asuh otoritatif terhadap *psychological well-being* pada remaja” yang ditulis oleh Muzdalifah Anisa Yumra. Dari penelitian tersebut, diketahui bahwa hasilnya pola asuh otoritatif berpengaruh terhadap *psychological*

³ Khan dkk, *Psychological Well-Being (PWB) of school adolescents aged 12–18 yr, its correlation with general levels of Physical Activity (PA) and socio-demographic factors in Gilgit, Pakistan*. n. *Iranian journal of public health*, 44(6), 805.

⁴ Muzdalifah Annisa Yumra, “Hubungan antara Pola Asuh Otoritatif dengan Psychological Well Being pada Remaja”, (Skripsi: Program Studi Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, 2021), hal.2.

⁵ Ibid, 3.

well-being. Atas dasar tersebut peneliti tertarik menggunakan variabel pengasuhan demokratis yang kemungkinan besar juga akan berpengaruh terhadap *psychological well-being*.⁶

Menurut Maimun, pengasuhan (*parenting*) adalah proses yang mendukung pertumbuhan dan perkembangan intelektual, emosional, sosial, dan fisik anak sejak bayi hingga dewasa.⁷ Problematika dalam pemberian pengasuhan dapat dijumpai di banyak tempat. Pengasuhan yang diberikan oleh orang tua ada bermacam-macam pola. Penelitian terhadap pengasuhan banyak yang mengacu pada teori Diana Baumrind, yang menjelaskan bahwa banyak studi yang mengidentifikasi empat bentuk pengasuhan yakni otoritatif, otoriter, permisif serta penelantar.⁸ Menurut Rahmawati perbedaan dari keempat bentuk pengasuhan tersebut dibedakan menurut tingkat yang dilakukan dan berguna dalam memahami kontribusi orang tua terhadap kesejahteraan anak. Pada dasarnya bentuk pengasuhan mengacu pada adat istiadat yang ada, tradisi, budaya serta nilai-nilai religius yang turut mewarnai dalam proses pengasuhan orang tua terhadap anak.⁹ Meski demikian, pemberian pengasuhan harus dilakukan dengan tepat dan menyesuaikan kebutuhan perkembangan anak. Menurut Hurlock, perlakuan orang tua kepada anak dapat mempengaruhi sikap dan perilakunya. Sikap orang tua sangat menentukan bagaimana hubungan keluarga, sekali hubungan dalam keluarga terbentuk, akan cenderung bertahan. Sudah seharusnya

⁶ Yuliana I, Muzdalifah A.Y, “Pola Asuh Otoritatif dan Psychological Well-Being Pada Remaja”, *Jurnal Psiko Buletin*, Vol.3, No.2, (2022)

⁷ Maimun, *Psikologi Pengasuhan: Mengasuh Tumbuh Kembang Anak dengan Ilmu*, (Mataram: Sanabil, 2017), hal. 29.

⁸ D Baumrind, (1971). “*Current Pattern of Parental Authority*”, *Development Psychology Monographs*, 4(1, 2)

⁹ Sri W Rahmawati, “*Holistic Parenting: Pengasuhan Religius Berlandaskan Konsep Islam*”, *Jurnal Psiko Utama*, Vol.5 No.2 (Juni 2017), 8.

orang tua dapat memahami anak dengan baik, serta mengenali sikap dan bakatnya yang unik, membimbingnya untuk mengembangkan kepribadiannya tanpa memaksanya menjadi orang lain.¹⁰

Saat ini masih sering sekali ditemui di berbagai media informasi beberapa peristiwa yang terjadi akibat pemberian pengasuhan kepada anak yang kurang tepat. Di mana masih banyak orang tua atau pengasuh yang memberikan pengasuhan untuk anaknya hanya dengan melihat kepentingan pribadinya, ingin anak sesuai dengan apa yang dikehendaki oleh orang tua tanpa memikirkan kebutuhan serta kemampuan tanpa memperhatikan kesejahteraan anak.¹¹

Pondok pesantren merupakan lembaga pendidikan berbasis keislaman. Di mana di dalamnya menyediakan asrama sebagai tempat para santri untuk tinggal. Ketika santri tinggal di pondok secara otomatis pengasuhan tidak dilakukan oleh orang tua secara langsung melainkan oleh pengurus atau pengasuh. Begitu pula di SMA POMOSDA yang pada dasarnya merupakan pondok pesantren. Pengurus serta pengajar didalamnya yang bertanggung jawab menjadi pengasuh selama anak menjalani pendidikannya dalam pondok tersebut. Pengasuhan santri juga dapat dipahami sebagai proses sosialisasi di mana santri belajar keterampilan, nilai-nilai serta norma secara langsung dalam sistem pendidikan pesantren.¹²

Dari survei serta wawancara yang dilakukan dengan waka keasramaan SMA POMOSDA mendapat poin jawaban yaitu "Pengasuhan yang dilakukan di POMOSDA merupakan pengasuhan yang berbasis kekeluargaan, santri memiliki

¹⁰ Al.Tridhonanto & Beranda Agency, *Mengembangkan Pola Asuh Demokratis*, (Jakarta: Elex Media Komputindo, 2014), hal.33

¹¹ Ibid, 2.

¹² Achmad Muchaddam Fahham, *Pendidikan Pesantren: Pola Pengasuhan, Pembentukan Karakter dan Perlindungan Anak*, (Jakarta: Publica Institute Jakarta, 2020), hal.51.

kebebasan dalam berpartisipasi dan berpendapat terhadap hal apapun, setiap saran dan masukan dari santri akan ditampung oleh pihak manajemen untuk ditindak lanjuti, apabila saran atau masukan itu perlu maka butuh direalisasikan, namun dibalik kebebasan yang dimiliki oleh santri, pihak manajemen juga menetapkan peraturan-peraturan yang bersifat mutlak dalam artian tidak dapat diganggu gugat karena telah menjadi ketetapan sebagai pagar batasan bagi santri itu sendiri”.¹³

Dari pemaparan hasil wawancara tersebut dapat diketahui bahwa pengasuhan yang dilakukan di POMOSDA adalah pengasuhan demokratis. Pengasuhan demokratis (*Autoritatif*) merupakan pengasuhan yang memiliki ciri yaitu antara hak serta kewajiban anak dan orang tua seimbang, orang tua dan anak saling melengkapi, orang tua mengajarkan anak untuk bertanggung jawab serta menentukan tingkah lakunya sendiri menuju kedewasaan. Dalam pengasuhan ini orang tua atau pengasuh cenderung bersikap tegas tetapi juga hangat, penuh perhatian dan bersikap bebas namun tetap dalam batasan-batasan normatif.¹⁴

Subjek dalam penelitian ini adalah santri SMA POMOSDA Tanjunganom Nganjuk. Umumnya santri berusia antara 15 hingga 18 tahun. Ridwan berpendapat, bahwa masa remaja berkisar antara usia 13 sampai 18 tahun.¹⁵ Di mana berarti kisaran usia tersebut termasuk masih dalam rentang usia remaja. Menurut Santrock, Tahap peralihan dari masa kanak-kanak menuju kedewasaan disebut masa remaja. Perkembangan remaja dipengaruhi oleh faktor genetik, biologis, lingkungan dan sosial.¹⁶ Dari perubahan-perubahan yang terjadi,

¹³ Nanik Lejar S, Waka Keasramaan SMA POMOSDA,.

¹⁴ Maimun, *Psikologi Pengasuhan: Mengasuh Tumbuh Kembang Anak dengan Ilmu*, (Mataram: Sanabil, 2017), hal. 56-57.

¹⁵ Ridwan, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2004), 124.

¹⁶ John W. Santrock, *Life- Span Development* Perkembangan Masa-Hidup Edisi 13 jilid 1, (Bandung: PT Gelora Aksara Pratama, 2021), 409.

membuat masa remaja memiliki beberapa masalah seperti ketidakmatangan secara psikologis. Berbagai permasalahan dalam masa remaja menurut Santrock, ragam masalah yang dialami remaja memiliki lingkup yang luas dan beragam jika dilihat dari tingkat keparahan, perkembangan, jenis kelamin, sosioekonomi. Secara garis besar, permasalahan yang dialami oleh remaja meliputi empat hal yakni masalah kenakalan remaja, seksual, penyalahgunaan obat, dan masalah yang berkaitan dengan sekolah.¹⁷

Terdapat beberapa kasus yang terjadi di SMA POMOSDA mengenai perilaku beberapa santri yang belum betah dipondok, bolos sekolah ataupun kegiatan, dan lain sebagainya. Di mana hal tersebut selain bisa jadi merupakan cerminan kondisi atau dampak individu yang sedang menginjak usia remaja, juga dapat menggambarkan kondisi *psychological well-being* santri. Dari fenomena yang terjadi membuat peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai pengaruh pengasuhan demokratis terhadap *psychological well-being*. Peneliti menetapkan penelitian dengan judul “Pengaruh Pengasuhan Demokratis Terhadap *Psychological Well-Being* Santri SMA POMOSDA Tanjunganom Nganjuk”.

¹⁷ John W. Santrock, *Perkembangan Anak Edisi Kesebelas: Jilid 1*, (Jakarta: Erlangga, 2007), 255.

B. Rumusan Masalah

1. Bagaimana tingkat pengasuhan demokratis pengurus pada santri SMA POMOSDA Tanjunganom Nganjuk?
2. Bagaimana tingkat *psychological well-being* santri SMA POMOSDA Tanjunganom Nganjuk?
3. Bagaimana Pengaruh antara pengasuhan demokratis dengan *psychological well-being* santri SMA POMOSDA Tanjunganom Nganjuk?

C. Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui tingkat pengasuhan demokratis pengurus pada santri SMA POMOSDA Tanjunganom Nganjuk.
2. Untuk mengetahui tingkat *psychological well-being* santri SMA POMOSDA Tanjunganom Nganjuk.
3. Untuk mengetahui pengaruh antara pengasuhan demokratis dengan *psychological-well being* santri SMA POMOSDA Tanjunganom Nganjuk.

D. Manfaat Penelitian

1. Secara Teoritis
 - a. Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat untuk menambah wawasan serta sebagai sarana pengembangan ilmu terlebih dalam bidang psikologi mengenai topik bahasan yakni pengaruh antara pengasuhan demokratis dengan *psychological well-being* pada santri.
 - b. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi dalam penelitian selanjutnya yang memiliki masalah serupa.
2. Secara Praktis
 - a. Bagi lembaga pesantren

Diharapkan dapat menjadi sumbangsih penelitian, terlebih jika diketahui adanya pengaruh antara pengasuhan demokratis terhadap *psychological well-being* santri yang kedepannya dapat digunakan sebagai pengembangan manajemen pesantren, khususnya dalam hal pengasuhan agar dapat terbentuknya kondisi *psychological well-being* santri yang baik.

b. Bagi peneliti

Sebagai sarana penambah pengalaman dalam hal penulisan karya ilmiah dan penerapan ilmu pengetahuan yang diperoleh selama proses perkuliahan berlangsung.

c. Bagi pembaca

Dapat menambah wawasan terkait topik yang diteliti.

E. Asumsi Penelitian

Asumsi penelitian merupakan praduga atau anggapan sementara (yang kebenarannya masih perlu dibuktikan).¹⁸ Pada penelitian ini, peneliti mengajukan asumsi bahwa terdapatnya pengaruh antara variabel X yaitu pengasuhan demokratis terhadap variabel Y yaitu *Psychological Well-Being* santri SMA POMOSDA Tanjunganom Nganjuk. Yang mana artinya jika pengasuhan demokratis bernilai tinggi, maka *Psychological Well-Being* santri juga tinggi, dan begitu juga sebaliknya, apabila pengasuhan demokratis rendah maka *Psychological Well-Being* santri rendah. Dua variabel dalam penelitian ini (pengasuhan demokratis dan *psychological well-being*) dapat diukur menggunakan skala yang bisa mengukur tinggi rendahnya tingkat pengasuhan

¹⁸ Mukhtazar, *Prosedur Penelitian Pendidikan*, (Absolute Media : Yogyakarta, 2020), 57.

demokratis dan *psychological well-being* santri SMA POMOSDA Tanjunganom Nganjuk.

F. Penelitian Terdahulu

1. Jurnal Wenita Cyntia Savitri dan Ratih Arruum Listiyandini yang berjudul “*Mindfulness* dan Kesejahteraan Psikologis pada Remaja” Universitas YARSI, Jakarta (2017).¹⁹ Hasil dari penelitian tersebut adalah *mindfulness* berperan positif dan signifikan terhadap setiap dimensi kesejahteraan psikologis pada remaja, khususnya dimensi penguasaan lingkungan. Perbedaan penelitian tersebut dengan penelitian ini adalah pada variabel independennya yang menggunakan *mindfulness*, sedangkan dalam penelitian ini menggunakan pengasuhan demokratis, subjek penelitian adalah remaja sedangkan dalam penelitian ini menggunakan santri SMA POMOSDA Tanjunganom Nganjuk sebagai subjeknya. Persamaan dari kedua penelitian ini adalah menggunakan kesejahteraan psikologis atau *psychological well-being* sebagai variabel dependen.
2. Jurnal Nur Khamim yang berjudul “Perkembangan Kepribadian Anak Dengan Pola Asuh Permisif, Over Protektif dan Otoritatif” STAI Daruttaqwa Gresik (2021).²⁰ Hasil dari penelitian tersebut disimpulkan bahwa pola asuh permisif (nilai t 1,960), pola asuh over protektif (nilai t 2,809) dan pola asuh otoritatif (nilai t 3,296) secara parsial memiliki pengaruh yang signifikan terhadap perkembangan kepribadian anak. Pola asuh otoritatif memiliki pengaruh yang

¹⁹ Wenita Cyntia S & Ratih Arruum L, “ *Mindfulness* dan Kesejahteraan Psikologis pada Remaja”, Jurnal Penelitian Psikologi, Vol.2, No.1 (2017), 55-56

²⁰ Nur Khamim, “Perkembangan Kepribadian Anak dengan Pola Asuh Permisif, Over Protektif dan Otoritatif”, Journal of Education and Religious Studies, 1(01), 27-34.

paling besar terhadap perkembangan kepribadian anak. Perbedaan dari penelitian tersebut adalah pada variabel independennya yang merupakan perkembangan kepribadian sedangkan dalam penelitian ini menggunakan pengasuhan demokratis, juga dalam penelitian tersebut menggunakan tiga variabel dependen yaitu pola asuh permisif, over protektif dan otoritatif sedangkan penelitian ini menggunakan *psychological well-being*, subjek penelitian menggunakan subjek anak sedangkan dalam penelitian ini menggunakan santri SMA POMOSDA Tanjunganom Nganjuk.

3. Jurnal Pradana dan Kustanti yang berjudul “Hubungan Antara Dukungan Sosial Suami dengan *Psychological Well-Being* Ibu Yang Memiliki Anak Autisme” Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro Semarang (2017).²¹ Hasil penelitian ini menunjukkan ada hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial suami dengan *psychological well-being*. Perbedaan dari penelitian tersebut adalah pada variabel independennya yang merupakan dukungan sosial suami, sedangkan dalam penelitian ini adalah pengasuhan demokratis. Subjek penelitian menggunakan Ibu yang memiliki anak autisme sedangkan dalam penelitian ini menggunakan santri SMA POMOSDA Tanjunganom Nganjuk sebagai subjeknya. Persamaannya adalah menggunakan variabel dependen berupa *psychological well-being*.
4. Jurnal Chairunnisa Pangestu dkk, yang berjudul “Pengaruh *Self Efficacy* dan Pengasuhan Orang Tua Terhadap Kepercayaan Diri Siswa” Program Studi Pendidikan Sekolah Dasar Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri

²¹ Adi Prasetyo P dan Erin Ratna K, “Hubungan Antara Dukungan Sosial Suami dengan *Psychological Well Being* Ibu Yang Memiliki Anak Autisme”, Jurnal Empati, Vol.6, No.2 (April 2017), 82-83

Yogyakarta (2020).²² Hasil dari penelitian tersebut adalah *self efficacy* dan pengasuhan orang tua secara stimulan berpengaruh signifikan terhadap kepercayaan diri siswa. Perbedaan dari penelitian tersebut adalah pada variabel independennya yang menggunakan dua variabel yakni *self efficacy* dan pengasuhan orang tua, sedangkan dalam penelitian ini adalah pengasuhan demokratis. Variabel dependen dalam penelitian tersebut adalah kepercayaan diri sedangkan penelitian ini menggunakan *psychological well-being*. Subjek penelitian menggunakan Siswa SD sedangkan dalam penelitian ini menggunakan santri SMA POMOSDA Tanjunganom Nganjuk.

5. Jurnal Yuliana Intan Lestari dan Muzdhalifah Annisa Yumrayang berjudul “Pola Asuh Otoritatif dan *Psychological Well-Being* Remaja” Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau (2022).²³ Hasil dari penelitian tersebut adalah terdapat hubungan yang positif antara pola asuh otoritatif dengan *psychological well-being* pada remaja. Dalam penelitian tersebut variabel independennya menggunakan pola asuh otoritatif yang merupakan istilah lain dari pengasuhan demokratis. Subjek penelitian menggunakan remaja sedangkan dalam penelitian ini menggunakan santri SMA POMOSDA Tanjunganom Nganjuk. Persamaan antara kedua penelitian ini adalah sama-sama menggunakan variabel dependen yaitu *psychological well-being*.

²² Chairunnisa P, Hieronimus S, Herwin H, “Pengaruh *Self Efficacy* dan Pengasuhan Orang Tua Terhadap Kepercayaan Diri Siswa”, Jurnal Foundasia, Vol.11, No.1 (2020), 41

²³ Yuliana Intan L dan Muzdhalifah A.M, “Pola Asuh Otoritatif dan *Psychological Well Being* Pada Remaja”, Jurnal Buletin Ilmiah Psikologi, Vol.3, No.2 (Mei 2022), 90.

G. Definisi Operasional

Definisi operasional variabel dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Pengasuhan demokratis

Pengasuhan demokratis adalah bentuk pola asuh yang di mana orang tua atau pengasuh memberikan perhatian serta kebebasan pada anak, namun kebebasan yang diberikan tersebut tidak bersifat tetap. Orang tua atau pengasuh juga memberikan bimbingan disertai pengertian kepada anak.

2. *Psychological Well Being*

Psychological well-being merupakan realisasi serta pencapaian dari keseluruhan potensi yang dimiliki oleh individu, di mana pencapaian tersebut digambarkan seperti keadaan individu yang dapat menerima dirinya sendiri, dapat menjalin hubungan yang baik dengan sesama, mandiri, dapat menguasai lingkungan atau dapat mengubah lingkungan tempatnya berada sesuai dengan keinginannya, memiliki tujuan hidup, dan mau untuk berkembang.