

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. *Psychological well-being*

1. Pengertian *psychological well-being*

Menurut Ryff dan Keyes (1995), *psychological well-being* adalah karakter positif individu mampu menerima dirinya sendiri, menjalin hubungan positif dengan orang lain, mengkategorikan keyakinan akan tujuan hidup, dan mengembangkan potensi pribadi dengan baik. Ryff (1995) mengungkapkan bahwa *psychological well-being* adalah sebuah konsep dinamis yang mencakup dimensi subjektif, sosial dan psikologis serta perilaku yang berhubungan dengan kesejahteraan.

Huppert (2009) menyebutkan *psychological well-being* sebagai kehidupan yang positif dan berkelanjutan dimana individu dapat tumbuh dan berkembang. Kesejahteraan psikologis bukan hanya merupakan ketiadaan penderitaan, namun kesejahteraan psikologis meliputi keterikatan aktif dalam dunia, memahami arti dan tujuan hidup, dan hubungan seseorang dalam obyek ataupun orang lain, (Snyder, 2002).

Ryff dan Keyes (1995), juga mengatakan bahwa manusia memiliki dua fungsi positif untuk meningkatkan kesejahteraan psikologisnya. Pertama adalah tentang bagaimana individu membedakan hal positif dan negatif akan memberikan pengaruh untuk pengertian

kebahagiaan. Konsep yang kedua adalah menekankan kepuasan hidup sebagai kunci utama kesejahteraan.

Beberapa faktor yang mempengaruhi *psychological well-being* yaitu, usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan, status sosial ekonomi, dukungan sosial, kepribadian, dan Spiritualitas. Dari beberapa pengertian tersebut dapat disimpulkan bahwa *psychological well-being* merupakan kondisi dimana individu mencapai kepuasan hidup, memiliki fungsi-fungsi individu secara utuh, memiliki hubungan positif dengan orang lain, memiliki kemampuan membedakan hal positif dan negatif, dan menerima diri dalam berbagai aspek kehidupan.

2. Aspek-aspek *psychological well-being*

Ryff dan Keyes (1995) aspek-aspek yang mengembangkan kesejahteraan psikologis, yaitu :

- a. *Self-Acceptance* (penerimaan diri) yaitu, penerimaan diri adalah bagaimana individu tersebut menerima diri sendiri secara apa adanya dan pengalamannya. Dengan adanya penerimaan diri secara apa adanya, baik dari segi positif maupun dari segi negatif, individu dimungkinkan memiliki sikap positif pada diri sendiri. Dengan adanya penerimaan diri secara positif, maka sikap toleransi terhadap frustrasi dan pengalaman tidak menyenangkan akan meningkat. Penerimaan diri juga dapat didefinisikan sebagai karakteristik aktualisasi diri, fungsi optimal dan kematangan perjalanan hidup.

Semakin individu dapat menerima dirinya sendiri, maka akan semakin tinggi sikap positif individu tersebut terhadap diri sendiri, memahami menerima semua aspek diri, termasuk kualitas diri yang buruk dan memandang masa lalu sebagai sesuatu yang baik, sebaliknya, semakin rendah penerimaan individu terhadap diri sendiri maka individu tersebut akan semakin tidak puas dengan dirinya sendiri, akan kecewa dengan masa lalu, dan kualitas diri sehingga menimbulkan perasaan ingin menjadi orang lain.

- b. *Positive Relationship with Others* (Hubungan Positif dengan Orang Lain) yaitu, hubungan positif dengan orang lain merupakan tingkat kemampuan dalam berhubungan hangat dengan orang lain, hubungan interpersonal yang didasari oleh kepercayaan, serta perasaan empati, mencintai dan kasih sayang yang kuat. Hubungan tersebut bukan hanya sekedar menjalin hubungan dengan orang lain guna memenuhi kebutuhan psikologis seperti keintiman, tetapi hubungan tersebut sudah melibatkan pengalaman diri sendiri metafisik yang dihubungkan dengan kemampuan menggabungkan identitas diri dengan orang lain serta menghindarkan diri dari perasaan terisolasi dan sendiri.

Semakin besar kemampuan individu dalam membina hubungan interpersonal, maka hal ini menunjukkan bahwa individu tersebut memiliki perhatian terhadap kesejahteraan orang lain, mampu berempati, menyayangi, menjalin keintiman dengan orang lain,

memahami konsep memberi dan menerima dalam membangun sebuah hubungan.

- c. *Autinomy* (Otonomi) yaitu, otonomi adalah tingkat kemampuan individu dalam menentukan nasib sendiri, kebebasan, pengadilan internal, dan peraturan perilaku internal. Ini merupakan dasar kepercayaan bahwa pikiran dan tindakan individu berasal dari dirinya sendiri, tanpa adanya kendali dari orang lain. Individu yang berhasil mengaktualisasikan dirinya menunjukkan fungsi otonomi dan ketahanan.

Orang yang memiliki otonomi tinggi mampu menentukan keputusan bagi dirinya sendiri, dalam arti mampu melepaskan tekanan sosial dan sebaliknya, orang yang memiliki otonomi rendah akan mengevaluasi dirinya melalui pandangan orang lain dan menyesuaikan diri terhadap tekanan sosial.

- d. *Environmental Mastery* (Penguasaan Lingkungan) yaitu, penguasaan lingkungan adalah kemampuan untuk memilih atau menciptakan lingkungan sesuai dengan kondisi psikis. Individu yang memiliki penguasaan lingkungan yang tinggi memiliki rasa menguasai, berkompetensi dalam mengatur lingkungan, mampu mengontrol, mampu mengontrol kegiatan-kegiatan eksternal yang kompleks, menggunakan kesempatan yang ditawarkan lingkungan secara efektif dan mampu memilih menciptakan konteks lingkungan yang sesuai dengan kebutuhan nilai pribadinya.

Sebaliknya penguasaan lingkungan yang rendah akan membuat individu cenderung sulit menggambarkan lingkungan sekitar, kurang menyadari kesempatan yang ditawarkan di lingkungan dan kurang memiliki kontrol terhadap dunia di luar diri.

- e. *Purpose of Life* (Tujuan Hidup) yaitu, individu yang positif pasti memiliki tujuan, kehendak, dan merasa hidupnya terarah pada tujuan tertentu, yang memberikan kontribusi pada perasaan bahwa hidupnya berarti. Individu yang memiliki tujuan hidup yang baik dikatakan memiliki tujuan hidup dan arah kehidupan, merasa memiliki arti tersendiri dari pengalaman hidup masa kini dan masa lalu, percaya pada kepercayaan tertentu yang memberikan arah hidupnya serta memiliki cita-cita atau tujuan dalam hidupnya.
- f. *Personal Growth* (Pertumbuhan Pribadi) yaitu, pertumbuhan pribadi merupakan tingkat kemampuan individu dalam mengembangkan potensinya secara terus-menerus, menumbuhkan dan memperluas diri sebagai manusia. Kemampuan ini merupakan gagasan dari individu untuk terus memperkuat kondisi internal alamiahnya.

3. Faktor-faktor yang mempengaruhi *psychological well-being*

Ada beberapa faktor menurut Ryff (1995) yang mempengaruhi *psychological well-being* antara lain yaitu :

- a. Usia, menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi *psychological well-being* pada aspek penerimaan diri, otonomi, penguasaan lingkungan dan hubungan baik dengan orang lain. Penguasaan

lingkungan dan otonomi cenderung meningkat seiring dengan bertambahnya usia.

- b. Jenis kelamin, perbedaan jenis kelamin memberikan pengaruh pada *psychological well-being* seseorang dimana wanita cenderung memiliki *psychological well-being* yang tinggi dibandingkan dengan laki-laki, hal ini berkaitan dengan aktifitas sosial yang dilakukan. Wanita cenderung lebih memiliki hubungan interpersonal yang lebih baik dari pada laki-laki.
- c. Tingkat pendidikan, tingkat pendidikan adalah salah satu faktor yang mempengaruhi *psychological well-being*. Individu yang memiliki tingkat pendidikan yang lebih baik, pengenalan lingkungan lebih baik dan *psychological well-being* juga akan lebih baik, tingkat pendidikan meletakkan individu pada posisi tertentu di sebuah struktur sosial.
- d. Status sosial ekonomi, faktor status sosial ekonomi menjadi penting dalam peningkatan *psychological well-being*, bahwa tingkat keberhasilan dalam pendidikan dan pekerjaan yang lebih baik, menunjukkan tingkat *psychological well-being* juga lebih baik. Status sosial ekonomi berhubungan dengan dimensi penerimaan diri, tujuan hidup, penguasaan lingkungan dan pertumbuhan pribadi.
- e. Dukungan sosial, lingkungan individu terutama keluarga sangat berpengaruh pada *psychological well-being* seseorang. Dukungan sosial dari keluarga terdekat atau dari lingkungannya, menjadikan seseorang lebih bisa menerima, hubungan baik lebih terjaga dan hal

ini dapat berpengaruh pada peningkatan *psychological well-being* seseorang.

- f. Kepribadian, kepribadian merupakan salah satu faktor yang sangat berpengaruh dalam kesejahteraan menemukan keterbukaan merupakan salah satu faktor yang secara signifikan mempengaruhi kesejahteraan terutama dimensi demografis.
- g. Spiritualitas, spiritualitas berkaitan dengan *psychological well-being* terutama pada aspek pertumbuhan pribadi dan hubungan positif dengan orang lain. Spiritualitas merupakan sumber dalam mempertahankan *psychological well-being* terutama ketika kondisi kesehatan memburuh. Spiritualitas sebagai faktor efektif untuk meningkatkan *psychological well-being*, dimana individu yang merasa mendapatkan dukungan spiritual cenderung mempunyai *psychological well-being* yang tinggi.

B. *Fatherless*

1. Pengertian *Fatherless*

Ketiadaan peran ayah dalam perkembangan seseorang biasa disebut dengan *fatherless*, dimana ketiadaan peran ayah dapat berupa ketidakhadiran secara fisik maupun psikologis dalam kehidupan anak. Maka dikenal dengan adanya “*Fatherless*”, “*Father hunger*” atau “*Father loss*”, *Fatherless* adalah ketiadaan peran ayah, dapat berupa ketidakhadiran secara fisik maupun psikologis dalam kehidupan anak serta tidak memiliki hubungan yang dekat dalam kehidupan sehari-harinya dengan anaknya (Lamb, 2010).

Popenoe (2000) mengatakan bahwa seseorang dikatakan mendapat suatu kondisi *fatherless* ketika tidak memiliki hubungan dekat dengan ayahnya, serta kehilangan peran-peran penting ayah yang disebabkan oleh perceraian atau permasalahan pada pernikahan orangtua. Menurut Lerner (2011), seseorang yang merasakan *fatherless* akan kehilangan peran-peran penting ayahnya, seperti memberi kasih sayang, bermain, perlindungan dan peran penting lainnya yang semestinya diterapkan dalam keluarga.

Lestari (2012) mengatakan bahwa tingginya keterlibatan ayah akan membuat pengasuhan bersama semakin aktif. Seperti yang dikatakan oleh Biller (1993) bahwa *father-absence* akan melahirkan peningkatan konflik gender pada anak, dan kebingungan akan identitas gender yang meningkat pula. Menurut Kartini Kartono (1995), menyebutkan beberapa kewajiban orangtua terhadap anak adalah mendidik dan mengasuh anak-anaknya serta memenuhi segala kebutuhan baik jasmani atau rohani anak-anaknya.

Pengasuhan anak menurut Lestari (2012), merupakan segala tindakan yang dilakukan oleh seorang dewasa terutama orangtua, terhadap anak dengan tujuan melindungi merawat, mengajari, mendisiplinkan, dan membimbing mereka. Ayah yang terlibat (pengasuhan) akan melakukan kontak-kontak fisik dengan anaknya baik dalam bentuk sentuhan, ataupun dalam permainan.

Seorang ayah dikatakan terlibat dalam pengasuhan anak ketika ayah yang berinisiatif untuk menjalin hubungan dengan anak dan memanfaatkan semua sumber dayanya baik afeksi fisik, dan kognisinya. Ketika seorang ayah memanfaatkan sisi emosionalitasnya ia akan terlibat dengan hangat ketika berinteraksi dengan anaknya (Andayani dan Koentjoro,2004).

Peran penting ayah menurut Adams(1998), adalah sebagai kebutuhan secara finansial anak untuk membeli dan memenuhi segala kebutuhan anak, teman bermain bagi anak, memberikan sebuah kasih sayang, merawat serta mendidik dan memberi contoh teladan yang baik, memantau serta mengawasi dan menegakkan suatu aturan disiplin yang berlaku didalam rumah, melindungi dari berbagai bahaya yang mengancam, membantu, mendampingi, membela anak ketika menghadapi kesulitan dari suatu permasalahan dan mendukung potensi yang dimiliki oleh anak untuk keberhasilannya dimasa depan.

Menurut Lamb (2010) aspek-aspek keterlibatan ayah dalam pengasuhan anak adalah sebagai berikut :

a. Aspek waktu

Aspek waktu adalah ayah dapat mengatur kesibukannya untuk menghabiskan waktu yang berkualitas bersama anak. Ayah yang terlibat dalam pengasuhan sering meluangkan waktu untuk anak, dan memprioritaskan waktu bersama anak.

b. Aspek Interaksi

Aspek interaksi yaitu, interaksi ayah dengan anak, meliputi kegiatan seperti memberi makan, mengenakan baju, berbincang bersama, bermain bersama, belanja bersama dan mengerjakan pekerjaan rumah bersama.

c. Aspek perhatian

Aspek perhatian yaitu ayah mencurahkan perhatian dan pikirannya pada anak, disertai dengan kegiatan perencanaan, pengambilan keputusan, mengorganisasi, menjaga komunikasi, dan tidak membagi perhatiannya pada hal yang lain.

2. **Jenis - jenis *Fatherless***

Adams(1998) membagi *fatherless* menjadi beberapa jenis, yaitu :

A. Tidak pernah memiliki ayah

- 1) Ayah meninggal ketika anak masih dalam kandungan
- 2) Ayah bercerai atau berpisah sejak anak masih dini
- 3) Orangtua tidak menikah dan tidak pernah bersama
- 4) Ayah dikirim jauh karena alasan pekerjaan, penjara, militer, rumah sakit jiwa
- 5) Selalu terpisah dengan ayah dan tidak ada secara psikologis

B. Pernah memiliki namun kehilangan

- 1) Ayah meninggal setelah hadir selama dua tahun atau lebih
- 2) Ayah bercerai atau berpisah setelah anak dewasa
- 3) Orangtua tinggal bersama, tetapi ada konflik pernikahan
- 4) Ayah jarang pulang karena *workholic* dan lain sebagainya

3. Dampak *Fatherless*

Lerner (2011) menyatakan ada beberapa dampak dari ketiadaan peran ayah, yaitu :

- a. Rendahnya harga diri (*self-esteem*) ketika ia dewasa
- b. Adanya perasaan marah (*anger*)
- c. Adanya rasa malu (*shame*)
- d. Merasakan kesepian (*loneliness*)
- e. Adanya kecemburuan (*envy*)
- f. Kedukaan (*grief*)

C. Mahasiswa

1. Pengertian Mahasiswa

Menurut Siswoyo (2007), mahasiswa dapat didefinisikan sebagai individu yang sedang menuntut ilmu ditingkat perguruan tinggi, baik negeri maupun swasta atau lembaga lain yang setingkat dengan perguruan tinggi. Mahasiswa adalah suatu kelompok yang ada di dalam masyarakat dengan status yang di peroleh karena adanya suatu ikatan dengan perguruan tinggi. Para mahasiswa akan menjadi calon intelektual atau menjadi cendekiawan muda yang ada di alam suatu lapisan masyarakat yang sering akan syarat predikat (Suwono,1978).

Seorang mahasiswa dikategorikan pada tahap perkembangan remaja akhir yaitu 18-24 tahun (Sarwono,2000). Adapun ciri-ciri masa remaja menurut Hurlock (2015) yaitu :

1. Masa remaja sebagai periode peralihan, beralih dari masa kanak-kanak ke masa dewasa.

2. Masa remaja sebagai periode perubahan, perubahan dalam sikap dan perilaku. Perubahan bentuk tubuh, minat, dan nilai-nilai.
3. Masa remaja sebagai usia bermasalah, sepanjang masa kanak-kanak masalah anak-anak sebagian diselesaikan oleh orangtua dan guru, sehingga kebanyakan remaja tidak berpengalaman dalam mengatasi masalah.
4. Masa remaja sebagai masa mencari identitas, identitas diri yang dicari remaja berupa usaha untuk menjelaskan siapa dirinya, dan apa perannya dalam masyarakat.

D. *Psychological well-being* pada Mahasiswa *Fatherless*

Psychological well-being adalah karakter positif individu mampu menerima dirinya sendiri, menjalin hubungan positif dengan orang lain, mengkategorikan keyakinan akan tujuan hidup, dan mengembangkan potensi pribadi dengan baik. Sebagai mahasiswa karakter positif itu penting untuk dimiliki setiap mahasiswa agar dapat menyesuaikan diri dan mengaktualisasi diri dengan baik dikampus.

Salah satu faktor yang mempengaruhi *psychological well-being* seseorang adalah dukungan sosial dari keluarga terdekat atau dari lingkungannya (Ryff,1995). Kemudian *fatherless* adalah ketiadaan peran ayah, dapat berupa ketidakhadiran secara fisik maupun psikologis dalam kehidupan anak serta tidak memiliki hubungan yang dekat dalam kehidupan sehari-harinya dengan anaknya(Lamb,2010).

Berdasarkan uraian tersebut peneliti melakukan penelitian secara lebih lanjut tentang tingkat *psychological well-being* pada mahasiswa *fatherles* PGSD Universitas Muhammadiyah Purwokerto.

E. Kerangka Berfikir

