

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Masa remaja merupakan suatu masa yang pasti dialami oleh setiap orang, yaitu suatu masa dimana seseorang tidak lagi dikatakan sebagai anak-anak namun belum juga memenuhi kriteria untuk dapat dianggap sebagai orang dewasa. Menurut Mappiare dalam Mohammad Ali dan Mohammad Asrori, masa remaja berlangsung antara usia 12 tahun sampai dengan 21 tahun bagi wanita, dan 13 tahun sampai dengan 22 tahun bagi pria.¹

Erikson mengungkapkan merupakan tahap utama pembangunan manusia, dimana pada masa itu individu mulai memikirkan tentang apa dan siapa dirinya pada waktu itu dan masa yang akan datang. Menurut Erikson, masa remaja merupakan masa yang membingungkan dan berbahaya. Hurlock pun menambahkan bahwa masa remaja adalah fase pencarian jati diri, penuh konflik, penentangan dan ditandai sebagai periode perubahan atau transisi yang membawa berbagai tingkat stres dan memiliki dampak potensial bagi perkembangan psikologis remaja.²

Periode transisi yang dihadapi remaja tidak lepas dari peran keluarga terutama orang tua. Keluarga merupakan lingkungan sosial pertama yang sangat berpengaruh terhadap tumbuh kembang remaja. Remaja yang berada di tengah keluarga harmonis akan berkembang dengan optimal, sebab segala

¹Mohammad Ali dan Mohammad Asrori, *Psikologi Perkembangan*, (Jakarta: PT Bumi Aksara, 2006), hal. 9

²Nita Septiani, *Gambaran Psychological Well-being pada Remaja yang Tinggal di Panti Asuhan*, (Jakarta: Skripsi Tidak Diterbitkan, 2013), dalam <http://lib.ui.ac.id>, diakses pada 06 Maret 2017, pukul 12.35 WIB

kebutuhan mereka baik fisik, psikologis, maupun sosial dapat terpenuhi. Hal ini sesuai dengan ungkapan Latipun bahwa keluarga yang lengkap dan fungsional, serta mampu membentuk homeostatis akan meningkatkan kesehatan mental para anggota keluarganya, dan kemungkinan dapat meningkatkan ketahanan anggota keluarganya dari gangguan-gangguan mental dan ketidakstabilan emosional keluarganya. Hal ini tidak lepas dari kemampuan setiap anggota keluarga, khususnya orang tua dalam menciptakan iklim yang dapat mengembangkan kondisi homeostatis.³

Ketiadaan salah satu atau kedua orang tua pada masa remaja akan menimbulkan dampak tersendiri bagi keberlangsungan hidup remaja. Remaja merasa kehilangan pelindung dan diliputi rasa tidak aman. Mereka juga seringkali menumbuhkan citra diri yang kurang menguntungkan perkembangannya.⁴ Dengan demikian, tidak dapat dipungkiri bahwa peran keluarga terutama orang tua menjadi sangat vital dalam perkembangan remaja. Orang tua merupakan penentu arah perkembangan seorang remaja sehingga sebisa mungkin keterikatan kuat antara anak dengan orang tua harus dijaga dengan baik.

Setiap anak khususnya mereka yang mulai menginjak remaja pasti mendambakan kondisi keluarga yang utuh dan harmonis.. Namun ternyata tidak semua anak seberuntung itu. Beberapa anak harus menerima kenyataan untuk berpisah dari keluarganya karena sesuatu alasan, seperti menjadi yatim, piatu atau

³Wahyu Indra Lesmana dan Meita Santi Budiani, *Hubungan Antara Harga Diri dan Tingkat Stres dengan Psychological Well-Being pada Remaja di Panti Asuhan Muhammadiyah Wiyung dan Karangpilang Surabaya*, Vol. 02 No. 02, 2013, dalam <http://jurnalmahasiswa.unesa.ac.id>, diakses pada 15 Desember 2016, pukul 07.10 WIB

⁴Hanna Djumhana Bastaman, *Integrasi Psikologi dengan Islam*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar Offset, 1995), hal. 171

bahkan yatim piatu, tidak memiliki sanak keluarga yang mau atau mampu mengasuh, dan terlantar.⁵ Kondisi tersebut dapat menjadi ancaman bagi remaja. Salah satu perubahan kondisi keluarga ini juga dialami oleh remaja di panti asuhan.⁶

“Menurut Depsos RI, Panti Asuhan Sosial anak adalah suatu lembaga usaha kesejahteraan sosial yang mempunyai tanggung jawab untuk memberikan pelayanan kesejahteraan sosial pada anak terlantar dengan melaksanakan penyantunan dan pengentasan anak terlantar, memberikan pelayanan pengganti orang tua/wali anak dalam memenuhi kebutuhan fisik, mental dan sosial kepada anak asuh sehingga memperoleh kesempatan yang luas, tepat dan memadai bagi pengembangan kepribadiannya sesuai dengan yang diharapkan sebagai bagian dari generasi penerus cita-cita bangsa dan sebagai insan yang akan turut aktif dalam pembangunan nasional”.⁷

Menurut Mulyati, panti asuhan merupakan pengganti keluarga yang berperan dalam pemenuhan kebutuhan selama masa tumbuh kembang anak. Namun beberapa penelitian juga menunjukkan bahwa remaja yang tinggal di panti asuhan lebih rentan mengalami gangguan psikologis.⁸ Interaksi sosial yang dilakukan oleh remaja yang tinggal di panti asuhan lebih banyak dilakukan dengan para pengasuh dan teman-teman yang sama-sama tinggal di panti asuhan. Mereka berkembang dengan bimbingan dan perhatian dari pengasuh yang berfungsi sebagai pengganti orangtua dalam keluarga. Para pengasuh berperan membantu, melatih, dan membimbing remaja panti asuhan untuk dapat mengembangkan dirinya secara optimal, akan tetapi kenyataan ini sering sulit

⁵Ayu Nuzulia Rahma, *Hubungan Efikasi Diri dan Dukungan Sosial dengan Penyesuaian Diri Remaja di Panti Asuhan*, Jurnal Psikologi Islam, Vol. 8 No. 2, Januari 2011, hal. 232, dalam <http://psikologi.uin-malang.ac.id>, diakses pada 05 November 2016, pukul 13.17 WIB

⁶Wahyu Indra Lesmana dan Meita Santi Budiani, *Hubungan Antara...*, hal. 2

⁷<http://id.m.wikipedia.org>, diakses pada 28 Maret 2017, pukul 09.15 WIB

⁸Siti Aesijah, *Pengaruh Pelatihan Regulasi Emosi terhadap Kebahagiaan Remaja Panti Asuhan Yatim Piatu*, (Surakarta: Skripsi Tidak Diterbitkan, 2014), hal. 1, dalam <http://eprints.ums.ac.id>, diakses pada 24 Mei 2017, pukul 16.30 WIB

dicapai secara memuaskan. Salah satu penyebabnya adalah karena ketidakseimbangan rasio jumlah antara anak asuh dan pengasuh yang menyebabkan kualitas dan kuantitas dukungan, perhatian, dan kasih sayang dari pengasuh kurang maksimal.⁹

Menurut penelitian Kristanti, remaja yang tinggal di panti asuhan menunjukkan bahwa mereka mengalami stress yang berada pada tingkat sedang. Sedangkan penelitian yang dilakukan Fadlilah (2007) menunjukkan bahwa pada remaja yang tinggal di panti asuhan menunjukkan bahwa dalam hal penerimaan orang lain berada dalam kategori sedang (74,29%), penilaian remaja terhadap diri sendiri berada pada kategori sedang (45,29%), kemampuan sosialisasi remaja dalam kategori sedang (68,57%), sikap dan perilaku remaja dalam kategori sedang (70%).¹⁰

Berikutnya, penelitian yang dilakukan oleh Yancey menunjukkan bahwa remaja yang tinggal di panti asuhan mengalami prevalensi tinggi terhadap gangguan emosi. Spitz menambahkan bahwa anak-anak yang tinggal di panti asuhan mengalami suatu keadaan haus emosi, yaitu anak membutuhkan ekspresi kasih sayang dan perhatian. Shaffer mengemukakan bahwa anak-anak yang diasuh di dalam panti asuhan mengalami ketidakmatangan dalam perkembangan sosial.¹¹

Hartini dalam penelitiannya pada anak-anak panti asuhan menemukan bahwa anak-anak panti asuhan cenderung menunjukkan kesulitan dalam

⁹*Ibid.*, hal. 236

¹⁰Enjang Wahyuningrum, *Pengasuhan pada Remaja yang Tinggal di Panti Asuhan*, (Salatiga: Jurnal Tidak Diterbitkan), hal. 4, dalam <http://ris.uksw.edu>, diakses pada 05 November 2016, pukul 13.40 WIB

¹¹Ayu Nuzulia Rahma, *Hubungan Efikasi Diri...*, hal. 233

penyesuaian sosialnya yang menggambarkan adanya kebutuhan psikologis untuk dapat menyesuaikan diri dengan tata cara atau aturan lingkungannya. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Hartini menunjukkan bahwa anak yang tinggal di panti asuhan mengalami banyak problem psikologis dengan karakter kepribadian yang inferior, pasif, apatis, menarik diri, mudah putus asa, penuh dengan ketakutan dan kecemasan.¹²

Dari uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa begitu banyak tantangan yang harus dihadapi oleh remaja yang tinggal di panti asuhan. Mereka harus belajar menyesuaikan diri dengan lingkungan baru, orang-orang baru, dan rutinitas baru. Pengelolaan psikologis yang tepat sangat diperlukan bagi remaja yang hidup di panti asuhan demi terbentuknya kesejahteraan psikologis atau *psychological well-being*.

Menurut Ryff, *Psychological well-being* yaitu terpenuhinya kondisi-kondisi psikologis pada beberapa dimensi utama. Untuk mengukur tingkat kesejahteraan psikologis kita harus mengetahui terlebih dahulu dimensi-dimensi yang dimaksud. Ryff mengemukakan ada 6 dimensi yang termasuk dalam *psychological well-being*, yaitu *self-acceptance* (penerimaan diri), *positive relationships* (hubungan yang positif dengan orang lain), *autonomy* (kemandirian), *environmental mastery* (penguasaan lingkungan), *personal growth* (pertumbuhan dan perkembangan potensi pribadi), dan *purpose in life* (perumusan tujuan hidup).¹³ Meskipun ada begitu banyak tantangan yang harus dilalui untuk meraih kesejahteraan psikologis,

¹²*Ibid.*, hal. 235

¹³Taufik Kasturi, *Meningkatkan Kesejahteraan Psikologis Masyarakat Indonesia: Tinjauan Psikologi Islam*, Prosiding Konferensi Nasional Peneliti Muda Psikologi Indonesia, Vol. 1 No. 1, 2016, hal. 1-7, dalam <http://cybra.lodz.pl>, diakses pada 06 Maret 2017, pukul 12.44 WIB

namun faktanya ada beberapa anak asuh yang berhasil melewati tantangan tersebut.

Berdasarkan penelitian Ciputra Wangsa yang berjudul Deskripsi Tingkat Kesejahteraan Psikologis Remaja Di Balai Pelayanan Sosial Asuhan Anak Wiloso Muda-Mudi di Purworejo Tahun 2016. Hasil Penelitian menunjukkan bahwa tingkat kesejahteraan psikologis remaja di Balai Pelayanan Sosial Asuhan Anak Wiloso Muda-Mudi di Purworejo Tahun 2016 sangat baik. Presentase untuk kategori sangat tinggi sebesar 53%, kategori tinggi 44%, kategori sedang 3%%, dan kategori rendah 0%.¹⁴

Berikutnya, penelitian Rr Rahmawati Brilianita Sari, ditemukan hasil bahwa sebanyak 70% atau 21 remaja di Panti Sosial Bina Remaja Yogyakarta memiliki tingkat *psychological well-being* yang tinggi, 26,7% atau 8 remaja termasuk kategori sedang, dan 3,3% atau 1 orang termasuk dalam kategori rendah.¹⁵

Berdasarkan data di atas, dapat diketahui bahwa banyak faktor yang turut mendukung tercapainya *psychological well-being*. Hal ini sesuai dengan teori Ryff bahwa terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis diantaranya demografis (usia, jenis kelamin, status sosial, ekonomi, budaya), dukungan sosial (dukungan emosional, penghargaan, instrumental, informasional), evaluasi terhadap pengalaman hidup (mekanisme perbandingan

¹⁴Ciputra Wangsa, *Deskripsi Tingkat Kesejahteraan Psikologis Remaja di Balai Pelayanan Sosial Asuhan Anak Wiloso Muda-Mudi di Purworejo Tahun 2016*, (Yogyakarta: Skripsi Tidak Diterbitkan, 2016), hal. Viii, dalam <https://repository.usd.ac.id>, diakses pada 30 Maret 2017, pukul 07.58 WIB

¹⁵Rr Rahmawati Brilianita Sari, *Tingkat Psychological Well-Being pada Remaja di Panti Sosial Bina Remaja Yogyakarta*, E-journal Bimbingan dan Konseling Edisi 12, November 2015, hal. 1, dalam <http://journal.student.uny.ac.id>, diakses pada 30 Maret 2017, pukul 09.39 WIB

sosial, perwujudan penghargaan, persepsi diri terhadap tingkah laku, pemusatan psikologis), *locus of control Internal* atau *locus of control eksternal*, dan faktor religiusitas.¹⁶

Terdapat salah satu panti asuhan di Tulungagung yang menerapkan pola asuh model pesantren yaitu Panti Asuhan PSM (Pesantren Sabilil Muttaqin) yang diketuai oleh Bpk. Abdul Mannan. Panti asuhan ini menekankan aspek religiusitas dalam pola asuh santri (sebutan untuk anak asuh di PSM) yang tinggal di sana. Panti Asuhan ini mengasuh 64 anak, mulai dari usia SD, SMP, maupun SMA. Panti Asuhan PSM memiliki 1 orang pengurus bernama Bpk, Ghufron yang tinggal terpisah di sebelah bangunan panti asuhan.¹⁷

Kegiatan sehari-hari yang ada di Panti Asuhan PSM cukup padat diantaranya jamaah shalat fardhu, amaliyah yasin, tahlil dan sorogan, tadarus, madrasah diniyah, diskusi rutin, amaliyah surat pilihan, qiroatul qur'an, tafsir qur'an, minnahus saniyah, khitobah, serta masih banyak kegiatan harian seperti piket memasak, bersih-bersih, dan lain-lain.¹⁸

Panti Asuhan PSM juga menerapkan beberapa aturan dan sanksi yang harus dipatuhi oleh seluruh anak asuh, diantaranya peraturan menonton televisi kurang lebih 1 jam per hari, piket harian, tidak diperkenankan keluar panti selepas maghrib, pemberian ijin pulang apabila libur sekolah, tidak boleh merokok (bagi

¹⁶Angelina Ave Gratia, *Pengaruh Gaya Hidup Sehat terhadap Psychological Well-Being dan Dampaknya pada Auditor KAP (Studi Empiris pada Auditor Kantor Akuntan Publik di Jawa Tengah dan DIY)*, (Semarang: Skripsi Tidak Diterbitkan, 2014), hal. 29, dalam <http://eprints.undip.ac.id>, diakses pada 06 April 2017, pukul 08.40 WIB

¹⁷Wawancara peneliti dengan pengurus panti asuhan PSM pada tanggal 16 April 2017, pukul 16.15 WIB

¹⁸Wawancara peneliti dengan pengurus panti asuhan PSM pada tanggal 16 April 2017, pukul 16.15 WIB

laki-laki), dan dilarang mengoperasikan HP di dalam area panti asuhan. Apabila ada yang melanggar aturan-aturan tersebut maka akan dikenai sanksi berupa peringatan lisan, tertulis dan bahkan dikeluarkan dari panti asuhan.¹⁹

Dengan padatnya kegiatan panti asuhan, ketatnya peraturan, sanksi yang diterapkan, dan minimnya jumlah pengurus, tetapi anak-anak asuh yang tinggal di Panti Asuhan PSM bisa dikondisikan dengan baik. Beberapa diantara mereka juga berhasil menorehkan prestasi, seperti sering mendapat juara kelas, prestasi non-akademis (seperti pencak silat), dan ada juga yang mengajar mengaji ke anak-anak tetangga sekitar.²⁰

Peneliti pun tertarik melakukan wawancara singkat dengan salah satu anak asuh yang berinisial “K”. Subjek K menuturkan bahwa menjadi remaja tidak harus selalu dekat dengan apa yang disebut sebagai kenakalan. Ia berpendapat bahwa setiap remaja memiliki pilihan masing-masing. Sejauh ini ia merasa tidak keberatan dengan aturan panti asuhan yang harus ia patuhi. Menurut K, sebuah peraturan memang bersifat tidak menyenangkan, tapi meskipun demikian ia sadar bahwa peraturan tersebut nantinya akan membawa kebaikan bagi dirinya, sehingga tidak ada alasan untuk tidak mengikuti aturan yang ada. Oleh karena itu, sampai saat ini K terus berusaha memaksakan dirinya untuk selalu patuh pada aturan dan menjadikannya suatu kebiasaan sehingga suatu hari meskipun ia tidak lagi terkekang oleh aturan, ia tetap berada pada jalur yang positif.²¹

¹⁹Wawancara peneliti dengan pengurus panti asuhan PSM pada tanggal 16 April 2017, pukul 16.15 WIB

²⁰Wawancara peneliti dengan pengurus panti asuhan PSM pada tanggal 16 April 2017, pukul 16.15 WIB

²¹Wawancara peneliti dengan pengurus panti asuhan PSM pada tanggal 16 April 2017, pukul 16.15 WIB

Berdasarkan penuturan K, ia berusaha untuk menjalankan apa yang menjadi kewajibannya, dimana dalam hal ini adalah mengikuti segala aturan yang diterapkan oleh panti asuhan meskipun ia mengakui bahwa aturan tersebut bersifat tidak menyenangkan. Dalam hal ini dapat kita ketahui bahwa subjek selalu berusaha untuk berpikir positif akan apa yang ia hadapi, dimana dalam istilah islam kita kenal dengan *husnuzzan*.

Berdasarkan fenomena di atas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “**Pengaruh *Husnuzzan* terhadap *Psychological Well-Being* pada Remaja di Panti Asuhan PSM (Pesantren Sabilil Muttaqin) Tulungagung**”.

B. Identifikasi dan Pembatasan Masalah

1. Identifikasi Masalah

Adapun permasalahan penelitian yang berkaitan dengan latar belakang skripsi di atas, dapat diidentifikasi sebagai berikut:

- a. Pengaruh jenis kelamin terhadap *psychological well-being*
 - b. Pengaruh dukungan sosial terhadap *psychological well-being*
 - c. Pengaruh evaluasi terhadap pengalaman hidup terhadap *psychological well-being*
 - d. Pengaruh religiusitas terhadap *psychological well-being*
-

2. Pembatasan Masalah

Penelitian ini dilakukan pada anak asuh berusia remaja (13 sampai dengan 21 tahun) di Pesantren Sabilil Muttaqin (PSM) Tulungagung. Agar penelitian ini terarah dan tidak keluar dari permasalahan yang ada, maka penelitian ini berfokus pada pengaruh *husnuzzan* terhadap *psychological well-being* pada remaja di Panti Asuhan PSM (Pesantren Sabilil Muttaqin) Tulungagung.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas maka rumusan masalah pada penelitian ini, sebagai berikut:

1. Apakah ada pengaruh *husnuzzan* terhadap *psychological well-being* pada remaja di Panti Asuhan PSM (Pesantren Sabilil Muttaqin) Tulungagung?
2. Seberapa besar pengaruh *husnuzzan* terhadap *psychological well-being* pada remaja di Panti Asuhan PSM (Pesantren Sabilil Muttaqin) Tulungagung?

D. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas maka penelitian ini memiliki tujuan, sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui pengaruh *husnuzzan* terhadap *psychological well-being* pada remaja di Panti Asuhan PSM (Pesantren Sabilil Muttaqin) Tulungagung
2. Untuk mengetahui seberapa besar pengaruh *husnuzzan* terhadap *psychological well-being* pada remaja di Panti Asuhan PSM (Pesantren Sabilil Muttaqin) Tulungagung.

E. Hipotesis Penelitian

Hipotesis penelitian adalah jawaban sementara dari permasalahan penelitian yang dapat dirumuskan dalam bentuk yang dapat diuji secara empirik.²²

Berdasarkan latar belakang yang diuraikan di atas, maka hipotesis dari peneliti adalah:

1. Hipotesis Nol (H_0)

Hipotesis nol merupakan suatu hipotesis yang menyatakan tidak adanya perbedaan atau hubungan antara data sampel dan populasi. Biasanya dinyatakan dengan kalimat negatif.²³ Pada penelitian ini hipotesis nolnya adalah tidak ada pengaruh *husnuzzan* terhadap *psychological well-being* pada remaja Panti Asuhan PSM (Pesantren Sabilil Muttaqin) Tulungagung.

2. Hipotesis Alternatif (H_a)

Hipotesis alternatif adalah suatu hipotesis yang menyatakan adanya perbedaan atau hubungan antara data sampel dan populasi. Biasanya dinyatakan dengan kalimat positif.²⁴ Dalam penelitian ini hipotesis alternatifnya adalah ada pengaruh *husnuzzan* terhadap *psychological well-being* pada remaja Panti Asuhan PSM (Pesantren Sabilil Muttaqin) Tulungagung.

²²M. Iqbal Hasan, *Pokok-pokok Materi Metodologi Penelitian dan Aplikasinya*, (Jakarta: Galia Indonesia, 2002), hal. 10

²³Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*, (Bandung: CV Alfabeta, 2011), hal. 65

²⁴*Ibid.*, hal. 64

F. Kegunaan Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat, baik secara teoritis maupun praktis, yaitu sebagai berikut:

1. Secara Teoritis

Penelitian ini merupakan wujud penerapan ilmu pengetahuan yang diperoleh peneliti selama menempuh pendidikan di perguruan tinggi. Diharapkan penelitian ini dapat memberikan sumbangan dalam memperluas kajian ilmu tasawuf dan ilmu psikologi.

2. Secara Praktis

a. Bagi lembaga

Memberikan pemahaman kepada pihak lembaga tentang pentingnya *husnuzzan* pada remaja yang tinggal di panti asuhan. Lembaga diharapkan mampu melakukan berbagai upaya untuk memupuk pikiran positif dengan semaksimal mungkin sehingga *psychological well-being* atau kesejahteraan psikologis dapat tercapai.

b. Bagi Pengasuh atau Pengurus Panti Asuhan

Memberikan informasi kepada pengasuh di panti asuhan mengenai pengaruh antara *husnuzzan* terhadap *psychological well-being* sehingga pengurus dan pengasuh diharapkan untuk mengajarkan pentingnya mengembangkan sikap *husnuzzan* dengan harapan agar remaja panti asuhan dapat mencapai *psychological well-being* dengan optimal.

c. Bagi Remaja di Panti Asuhan

Memberikan informasi kepada remaja mengenai pengaruh *husnuzzan* terhadap *psychological well-being* agar remaja tersebut dapat mengembangkan sikap *husnuzzan* sehingga tercapailah *psychological well-being*.

d. Bagi peneliti

Diharapkan penelitian ini dapat menambah wawasan dan pengalaman peneliti mengenai kehidupan remaja yang tinggal di panti asuhan, khususnya dalam hal *husnuzzan* dan *psychological well-being*.

Diharapkan penelitian dapat menambah wawasan dan pengalaman peneliti mengenai kehidupan remaja yang tinggal di panti asuhan, khususnya dalam aspek *husnuzzan* dan *psychological well-being*.

e. Bagi pembaca

Diharapkan dapat digunakan untuk menambah informasi mengenai pentingnya ber*husnuzzan* dalam menjalani kehidupan sehari-hari.

G. Penegasan Istilah

Penegasan istilah terbagi menjadi dua, yaitu:

1. Penegasan Konseptual

Penegasan konseptual adalah definisi yang diambil dari pendapat atau teori dari pakar sesuai dengan tema yang diteliti.²⁵ Penegasan konseptual dibutuhkan agar definisi dari teori yang digunakan dalam penelitian tidak

²⁵Tim Penyusun, *Pedoman Penyusunan Skripsi Program Strata Satu (S1) Tahun 2015*, (Tulungagung: Institut Agama Islam Negeri, 2015), hal. 19

menyimpang dari definisi yang sudah ada. Adapun penegasan konseptual pada teori yang digunakan dalam penelitian ini, sebagai berikut:

a. *Husnuzzan* (berpikir positif)

Sagir menjelaskan bahwa *husnuzzan* merupakan gabungan dari dua kata, yaitu *husn* dan *al-zan*. *Zan* berasal dari bahasa arab yang berarti sangkaan, dugaan dan *syak*. *Husnuzzan* merupakan bagian dari *mahabbah* yang pada akhirnya akan mengantarkan orang yang mengamalkannya menuju kebahagiaan dan derajat yang tinggi.²⁶

Sagir juga menegaskan bahwa kita sebagai manusia sangat perlu untuk ber*husnuzzan* sebab Allah masih merahasiakan 4 hal dari pengetahuan manusia, yaitu keridhaan-Nya tentang ketaatan, kemurkaan-Nya tentang kemaksiatan, rahasia tentang ciptaan-Nya, dan terkabulnya doa.²⁷

Berikut ini dasar kewajiban untuk ber*husnuzzan* dalam Al-Qur'an Surat Al-Hujurat ayat 12:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اجْتَنِبُوا كَثِيرًا مِّنَ الظَّنِّ إِنَّ بَعْضَ الظَّنِّ إِثْمٌ وَلَا تَجَسَّسُوا وَلَا يَغْتَبَ بَعْضُكُم بَعْضًا أَيُّبُّ أَحَدُكُمْ أَنْ يَأْكُلَ لَحْمَ أَخِيهِ مَيْتًا فَكَرِهْنُمُوهُ وَاتَّقُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ تَوَّابٌ رَّحِيمٌ

Artinya:

“Wahai orang-orang yang beriman, jauhilah prasangka buruk terhadap orang-orang yang berbuat baik. Sesungguhnya sebagian prasangka adalah dosa yang harus dihukum. Janganlah kalian menyelidiki dan mencari-cari aib dan cela orang-orang Muslim, dan jangan pula kalian saling menggunjing yang lain. Apakah salah seorang di antara kalian senang memakan bangkai saudaranya yang mati yang kalian sendiri sebenarnya merasa

²⁶Akhmad Sagir, *Husnuzhan dalam Perspektif Psikologi*, (Yogyakarta: Mitra Pustaka, 2011), hal. 53-55

²⁷*Ibid.*, hal. 56

jijik? Maka bencilah perbuatan menggunjing, karena perbuatan menggunjing itu bagaikan memakan bangkai saudara sendiri. Peliharalah diri kalian dari azab Allah dengan menaati semua perintah dan menjauhi segala larangan. Sesungguhnya Allah Mahaagung dalam menerima pertobatan orang-orang yang mau bertobat, lagi Mahaluas kasih sayang-Nya terhadap alam semesta.”²⁸

Ayat diatas menegaskan bahwa Allah memerintahkan orang-orang yang beriman untuk menjauhi perbuatan buruk sangka kepada sesama manusia dan lebih mengutamakan *husnuzzan* kepada manusia dan Allah SWT.²⁹ Sagir menambahkan, *husnuzzan* dilihat dari objeknya terbagi menjadi 4 macam, yaitu *husnuzzan* terhadap Allah, *husnuzzan* terhadap Rasulullah, *husnuzzan* terhadap orang-orang shaleh, dan *husnuzzan* terhadap seluruh umat islam.³⁰

Sagir mengungkapkan bahwa dengan menjadikan *husnuzzan* sebagai tangga menuju akhirat, maka Allah akan memuliakan hambanya dengan *husnul khatimah*, memberi keringanan dalam menghadapi sakaratul maut, kemudahan kubur, ketetapan pendirian dalam menghadapi pertanyaan munkar dan nakir, menjadikan kubur sebagai taman surga, serta dibangkitkan dalam keadaan aman dari huru-huru hari kiamat.³¹ Dalam psikologi *husnuzzan* biasa dikenal dengan sebutan *positive thinking* atau berpikir positif.

Sagir menyatakan :

“Jadi psikologi dengan prinsipnya pada dasarnya sama dengan tasawuf tentang “*husnuzzan* ” ini. Yakni sumber kesadaran itu ada

²⁸Al-Qur’an, 49:12

²⁹Sagir, *Husnuzhan dalam...*, hal. 65

³⁰*Ibid.*, hal. 71

³¹*Ibid.*, hal. 82

pada keyakinan yang mengkristal dalam hati seseorang, hati mempunyai peranan untuk mengontrol dan mengarahkan segala tingkah laku, berdasarkan persangkaan hati itulah kemudian menjadi realitas aktivitas seseorang”.

Albrecht mengemukakan beberapa aspek berpikir positif yaitu:

- a) Perkiraan yang positif (*positive expectation*). Melakukan sesuatu dengan lebih memusatkan perhatian pada kesuksesan, optimism, pemecahan masalah, menjauhkan diri dari perasaan takut gagal.
- b) Afirmasi diri (*self affirmative*) memusatkan perhatian pada kekuatan diri, melihat diri secara positif.
- c) Pernyataan yang tidak menilai (*non judgement talking*), suatu pernyataan yang lebih menggambarkan keadaan dari pada menilai keadaan, tidak kaku dan fanatik dalam berpendapat. Pernyataan atau penilaian ini dimaksudkan sebagai pengganti pada saat seseorang cenderung memberi pernyataan atau penilaian yang negatif. Aspek ini akan sangat berperan dalam menghadapi keadaan yang cenderung negatif.
- d) Penyesuaian diri yang realitas (*reality adaptation*) mengakui kenyataan dan segera berusaha menyesuaikan diri.

Menjauhkan diri dari penyesalan, frustrasi dan menyalahkan diri.³²

b. *Psychological well-being*

Menurut Ryff, *psychological well-being* adalah istilah mengenai pencapaian penuh terhadap segala potensi psikologis yang ada pada individu. Terdapat 6 aspek yang menyusun *psychological well-being*, yaitu penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, kemandirian, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan pengembangan pribadi.³³

Sedangkan faktor-faktor yang mempengaruhi tercapainya *psychological well-being* pada seseorang, diantaranya :

1. faktor demografis (usia, jenis kelamin, status sosial ekonomi, budaya),
2. faktor dukungan sosial
3. evaluasi terhadap pengalaman hidup
4. religiustas.³⁴

c. Remaja Panti Asuhan

Remaja merupakan masa transisi dari anak-anak menuju masa dewasa. Papalia menjelaskan bahwa masa remaja dimulai pada usia 11 atau 12 tahun hingga awal dua puluhan. Masa tersebut dibagi ke dalam tiga kategori, yaitu remaja awal, remaja pertengahan, dan remaja akhir.

³²Karl Albrecht, *Daya Pikir Metode Peningkatan Potensi Berpikir*, (Semarang: Dahara Prize, 1994), hal. 57

³³Wangsa, *Deskripsi Tingkat...*, hal. 12

³⁴Hany fakhitah, *Studi Deskriptif Mengenai Kesejahteraan Psikologis pada Survivor Kanker di Bandung Cancer Society*, (Bandung: Skripsi Tidak Diterbitkan.), hal. 12-15, dalam <http://repository.unisba.ac.id>, diakses pada 06 Mei 2017, pukul 15.07 WIB

Pada masa remaja terjadi banyak perubahan dalam segala aspek kehidupan, baik aspek fisik, kognitif, sosial, maupun emosional.³⁵

Sedangkan panti asuhan adalah rumah atau tempat merawat anak-anak yatim, yatim-piatu, dan anak-anak terlantar. Lembaga sosial yang disebut panti asuhan merupakan jawaban atas kebutuhan masyarakat mengenai permasalahan kemiskinan, kebodohan, masalah anak yatim-piatu maupun anak terlantar yang berkembang di tengah masyarakat.³⁶

“Menurut Departemen Sosial RI (2004), panti sosial asuhan anak adalah suatu lembaga usaha kesejahteraan sosial yang mempunyai tanggung jawab untuk memberikan pelayanan kesejahteraan sosial kepada anak terlantar dengan melaksanakan penyantunan dan pengentasan anak terlantar, memberikan pelayanan pengganti orang tua atau wali anak dalam memenuhi kebutuhan fisik, mental dan sosial kepada anak asuh sehingga memperoleh kesempatan yang luas, tepat dan memadai bagi perkembangan kepribadiannya.”³⁷

Remaja panti asuhan adalah seseorang yang berada pada usia 12 hingga 21 tahun yang diserahkan kepada pihak panti asuhan dikarenakan ketidakmampuan pihak keluarga dalam memenuhi segala kebutuhan anak, baik fisik maupun psikologis. Lembaga Panti asuhan menerapkan pola pengasuhan dan pendidikan yang memadai sehingga dapat menunjang perkembangan pribadi anak asuh secara jasmani dan rohani.³⁸

³⁵Nita Septiani, *Gambaran Psychological...*, hal. 5

³⁶Una Deviana, *Peranan Panti Asuhan Putri 'Aisyiyah dalam Upaya Meningkatkan Kesejahteraan Anak Asuh melalui Peningkatan Pendidikan Informal*, (Surakarta: Skripsi tidak diterbitkan, 2007), hal. 32, dalam <https://eprints.ums.ac.id>, diakses pada 05 November 2016, pukul 13.26 WIB

³⁷Septiani, *Gambaran Psychological...*, hal. 6

³⁸Nuqman Rifai, *Penyesuaian Diri pada Remaja yang Tinggal di Panti Asuhan (Studi Kasus pada Remaja yang Tinggal di Panti Asuhan Yatim Piatu Muhammadiyah Klaten)*, (Surakarta: Skripsi Tidak Diterbitkan, 2015), hal 10, dalam <http://eprints.ums.ac.id>, diakses pada 05 November 2016, pukul 13.14 WIB

5. Penegasan Operasional

Definisi Operasional, menurut Saifuddin Azwar adalah suatu definisi yang memiliki arti tunggal dan diterima secara objektif bila mana indikatornya tidak tampak. Suatu definisi mengenai variabel yang dirumuskan berdasarkan karakteristik-karakteristik variabel yang diamati.³⁹ Agar tidak terjadi kesalahpahaman dalam memaknai judul skripsi ini, maka perlu dijelaskan tentang definisi operasional dari judul. Adapun definisi operasional dari masing-masing variabel adalah:

a. *Husnuzzan*

Husnuzzan merupakan gabungan dari kata *husn* dan *al-zan*. Dengan ber*husnuzzan* maka seseorang akan memperoleh kebahagiaan dan derajat yang tinggi. Manusia sangat perlu mengamalkan sikap *husnuzzan* karena Allah masih merahasiakan manusia mengenai 4 hal, yaitu keridhaan-Nya tentang ketaatan, kemurkaan-Nya tentang kemaksiatan, rahasia tentang ciptaan-Nya, dan terkabulnya doa.

Sikap *husnuzzan* adalah tangga menuju akhirat. Apabila manusia melakukannya dengan sungguh-sungguh maka Allah menjanjikan begitu banyak manfaat di dalamnya, seperti kemuliaan *husnul khatimah*, keringanan dalam sakaratul maut, kemudahan kubur, ketetapan pendirian dalam menghadapi pertanyaan munkar dan nakir, menjadikan kubur sebagai taman surga, serta dibangkitkan dalam keadaan aman dari huru-huru hari kiamat

b. *Psychological well-being*

Psychological well-being atau kesejahteraan psikologis terdiri dari beberapa dimensi yaitu penerimaan diri (*self acceptance*), pertumbuhan pribadi (*personal growth*), tujuan hidup (*purpose in life*), penguasaan lingkungan (*environmental mastery*), otonomi (*autonomy*), dan hubungan yang positif dengan orang lain (*positive relations with others*)

Faktor yang dapat mempengaruhi *psychological well-being* pada diri seseorang, yaitu faktor demografis (usia, jenis kelamin, status sosial ekonomi, budaya), faktor dukungan sosial, evaluasi terhadap pengalaman hidup, dan religiustas.⁴⁰

c. Remaja Panti Asuhan

Remaja panti asuhan adalah individu yang berusia 12 tahun hingga awal dua puluhan yang diserahkan oleh pihak keluarga kepada lembaga yang bernama panti asuhan. Hal ini dikarenakan pihak keluarga sudah tidak mampu mencukupi segala kebutuhan individu tersebut, baik secara fisik (makan, minum, dll.), psikologis (kasih sayang, rasa aman, dll.), maupun sosial (tidak tersedianya lingkungan tumbuh kembang yang baik).

Anak yang dititipkan di panti asuhan memiliki latar belakang yang berbeda-beda. Ada yang berasal dari keluarga tidak mampu, yatim, yatim-piatu, ataupun korban penelantaran orang tuanya (berasal dari keluarga *broken home*). Remaja panti asuhan dibekali dengan pendidikan

⁴⁰Hany fakhitah, *Studi Deskriptif Mengenai Kesejahteraan Psikologis pada Survivor Kanker di Bandung Cancer Society*, (Bandung: Skripsi Tidak Diterbitkan.), hal. 12-15, dalam <http://repository.unisba.ac.id>, diakses pada 06 Mei 2017, pukul 15.07 WIB

dan pengasuhan layaknya orang tua mereka di rumah sehingga mereka diharapkan memperoleh kesejahteraan sebagaimana mestinya.

H. Sistematika Pembahasan

Untuk mempermudah memahami penelitian ini, maka peneliti memandang perlu untuk mengemukakan sistematika pembahasan. Penelitian ini terbagi menjadi tiga bagian. Berikut uraiannya:

Bagian awal, terdiri dari: Halaman Sampul Depan, Halaman Judul, Halaman Persetujuan, Halaman Pengesahan, Halaman Pernyataan Keaslian, Motto, Halaman Persembahan, Prakata, Halaman Daftar Isi, Halaman Table, Halaman Daftar Gambar, Halaman Daftar Lampiran, Halaman Pedoman Transliterasi, dan Halaman Abstrak.

Bagian inti, terdiri dari: Lima bab dan masing-masing bab berisi sub bab-sub bab, yaitu:

Bab I Pendahuluan, meliputi (a) Latar Belakang Masalah, (b) Identifikasi dan Pembatasan Masalah, (c) Rumusan Masalah, (d) Tujuan Penelitian, (e) Hipotesis Penelitian, (f) Kegunaan Penelitian, (g) Penegasan Istilah, (h) Sistematika Pembahasan.

Bab II Landasan Teori, meliputi (a) Kajian Teori *Husnuzzan*, (b) Kajian Teori *Psychological Well-being*, (c) Kajian Teori Remaja Panti Asuhan, (d) Hubungan *Husnuzzan* dengan *Psychological Well-being*, (e) Penelitian Terdahulu, (f) Kerangka Konseptual.

Bab III Metode Penelitian, meliputi (a) Rancangan Penelitian, (b) Variabel Penelitian, (c) Populasi dan Sampel Penelitian, (d) Kisi-kisi Instrumen, (e)

Instrumen Penelitian, (f) Data dan Sumber Data, (g) Teknik Pengumpulan Data, (h) Analisis Data.

Bab IV Hasil Penelitian, meliputi tentang (a) Deskripsi Data, (b) Pengujian Hipotesis.

Bab V Pembahasan, meliputi tentang (a) Pembahasan Rumusan Masalah I, (b) Pembahasan Rumusan Masalah II, dan (c) Pembahasan Rumusan Masalah III

Bab VI Penutup, meliputi tentang (a) Kesimpulan (b) Saran.

Bagian akhir terdiri dari: Daftar Rujukan, Lampiran-lampiran, Surat dan Daftar Riwayat Hidup.