

BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Remaja atau *adolescent* merupakan masa transisi dari kehidupan kanak-kanak menuju kedewasaan yang berlangsung pada rentang usia 10 hingga 20 tahun (American Psychological Association, 2015). Masa remaja merupakan krisis psikososial kelima, yaitu *identity vs role confusion*. Pada tahap ini, remaja menghadapi tantangan dalam membentuk identitas diri, nilai-nilai pribadi, serta arah tujuan hidup yang bermakna (Santrock, 2019). Terbentuknya identitas dan tujuan hidup dapat menumbuhkan rasa bangga, pengakuan, serta rasa diterima dalam lingkungan sosial (Berger, 2020). Oleh karena itu, masa remaja menjadi periode penting untuk memastikan dukungan psikologis yang memadai, termasuk pengembangan aspek-aspek yang memperkuat kondisi mental remaja, seperti *psychological well-being*.

Psychological well-being menjadi salah satu aspek kesehatan mental, khususnya dalam perkembangan remaja. *Psychological well-being* adalah kondisi pikiran dan perasaan individu yang bersifat fluktuatif, mencerminkan pergerakan dari keadaan negatif menjadi positif. Kondisi ini tergambarkan melalui perasaan *happiness*, kepuasan hidup, dan tidak terdapat gejala gangguan psikologis (Ryff, 1989). Individu dikatakan memiliki *psychological well-being* yang baik apabila mampu mengembangkan 6 aspek utama, yaitu penerimaan diri (*self-acceptance*), hubungan positif dengan orang lain (*positive relation with others*), kemandirian (*autonomy*), penguasaan lingkungan (*environmental mastery*), tujuan hidup (*purpose in life*), dan pertumbuhan pribadi (*personal growth*) (Ryff & Keyes, 1995).

Dalam konteks remaja, *psychological well-being* berperan sebagai pendukung perkembangan positif, resiliensi, dan penyesuaian diri yang sehat selama masa krisis identitas. Pencapaian *psychological well-being* remaja melibatkan proses internal, seperti kesadaran penuh terhadap pengalaman hidup (*mindfulness*), kemampuan menghadapi tantangan, penerimaan terhadap dukungan sosial, serta pengembangan diri dan tujuan hidup yang jelas (Ryff, 2013). Ketika *psychological well-being* diperoleh, remaja menunjukkan kemampuan untuk bersikap positif, menjalin hubungan sosial yang sehat, bertanggung jawab, mandiri, mampu beradaptasi, serta mengembangkan potensi diri secara maksimal (Viejo, López, & Ruiz, 2018). Kondisi ini juga ditandai dengan munculnya emosi positif, kepuasan hidup, dan rendahnya risiko mengalami gangguan mental (Deviana, Umari, & Khadijah, 2023).

Psychological well-being pada remaja tentu tidak terbentuk secara tunggal, melainkan oleh berbagai faktor yang saling berkaitan dalam kehidupan. Hal ini menunjukkan bahwa faktor internal, seperti kepribadian, harga diri, *psychological needs*, dan *intentional activities* berkontribusi dalam membentuk *psychological well-being* individu. Selain itu, faktor eksternal seperti dinamika sosial, pengalaman hidup, serta intervensi psikologis juga berpengaruh terhadap *psychological well-being*. Di sisi lain, dalam teorinya, Ryff (1989) juga



menekankan bahwa faktor sosiodemografis, seperti usia, gender, pendidikan, budaya, dan status ekonomi sosial. Faktor-faktor ini diketahui membentuk dinamika *psychological well-being* dengan cara yang berbeda pada tiap individu. Di antara berbagai faktor tersebut, status ekonomi sosial menjadi salah satu aspek yang cukup sensitif terhadap perubahan lingkungan dan kehidupan, terutama pada remaja yang sedang mengalami pembentukan identitas, dan kemandirian pencapaian tujuan hidup.

Status ekonomi sosial merupakan salah satu faktor demografis yang berpengaruh terhadap *psychological well-being* dari individu. Dalam teorinya, Ryff (1989) menjelaskan bahwa status ini dapat memberi label sosial tertentu bagi individu, sehingga memunculkan perbedaan dalam pencapaian tiap aspek *psychological well-being*. Aspek yang paling dipengaruhi meliputi penerimaan diri (*self-acceptance*), penguasaan lingkungan (*environmental mastery*), tujuan hidup (*purpose in life*), dan pengembangan diri (*personal growth*). Temuan Ryff & Keyes (1995) menunjukkan bahwa individu dengan pendapatan dan pendidikan lebih tinggi cenderung lebih mampu menjalin maupun mengelola lingkungan, menetapkan tujuan hidup bermakna, serta menerima dan mengembangkan diri secara positif.

Dukungan ekonomi dan pendidikan yang memadai dan stabil memberikan akses terhadap berbagai sumber daya penting bagi remaja, seperti pendidikan, fasilitas kesehatan, dan lingkungan sosial yang positif, sehingga memungkinkan remaja mengembangkan aspek-aspek *psychological well-being* lebih optimal (Carrillo *et al.*, 2020). Namun demikian, remaja dari keluarga dengan keterbatasan ekonomi pun tetap memiliki peluang untuk mencapai beberapa aspek *psychological well-being*, terutama jika terdapat faktor internal dan eksternal, seperti dukungan sosial, relasi yang aman, atau daya juang pribadi.

Di sisi lain, tidak semua remaja memiliki akses yang sama terhadap sumber daya ekonomi dan pendidikan yang stabil. Dalam realitas sosial, terdapat kelompok remaja yang mengalami penurunan status ekonomi sosial keluarganya, dari sebelumnya berada di kelas menengah ke atas menjadi kelompok dengan kondisi ekonomi lebih rendah. Fenomena ini sering kali digambarkan sebagai "*kehilangan masa kejayaan orang tua*", yaitu situasi ketika keluarga mengalami kemunduran finansial yang signifikan. Konsep ini sejalan dengan *downward mobility*, yaitu penurunan mobilitas sosial secara struktural yang mengarah pada perubahan pendapatan, aset, dan tempat tinggal (Giddens *et al.*, 2018). Penurunan ini dapat berlangsung dalam periode lima tahun atau lebih, dan dapat terjadi secara antar/intergenerasi (Smith, 1994). Penyebabnya meliputi pemutusan hubungan kerja, kebangkrutan usaha, pengangguran, penyakit, hingga bencana alam (Hidayat li, Sitasari & Lenggogeni, 2021; Duncan *et al.*, 2019; Hallegatte, Tosi & Grundy, 2018).

Penurunan status ekonomi sosial ini juga terlihat dalam konteks besar Indonesia. Data UNICEF dan Badan Kebijakan Fiskal menunjukkan bahwa remaja usia 12–24 tahun, khususnya di Jakarta, Surakarta, dan beberapa kota di Indonesia Timur, terdampak akibat menurunnya pendapatan rumah tangga dan status



sosial keluarganya. Kondisi ini diperparah oleh meningkatnya kebutuhan hidup yang tidak sebanding dengan penghasilan orang tua, terutama yang bekerja di sektor swasta yang rentan terhadap pemecatan dan ketidakstabilan ekonomi (UNICEF, 2021; Purwanto dalam www.kompas.id, 2024; Kusumaningrum *et al.*, 2021). Situasi ini menunjukkan bahwa remaja tidak hanya terdampak secara ekonomi, tetapi juga rentan mengalami gangguan dalam kondisi psikologis, terutama kesehatan mental akibat perubahan-perubahan tersebut.

Penurunan status ekonomi dapat membatasi bahkan menghilangkan akses remaja terhadap berbagai sumber daya pendukung, seperti kebutuhan dasar, pendapatan rumah tangga, layanan kesehatan dan pendidikan, serta lingkungan sosial yang memadai (Jiang, 2020). Kondisi ini memicu dinamika emosional seperti kebingungan, kekhawatiran, hingga penolakan dalam menyesuaikan diri dengan situasi ekonomi baru (Houle, 2011). Hal tersebut juga tercermin melalui cerita pengalaman salah satu remaja, yaitu MA (19 tahun) dalam wawancara pada 17 Maret sebagai berikut:

“Dulu pas orangtua ku masih jaya, mau apa aja tinggal minta, mudah sekali untuk dapat apapun yang aku mau... Eh tapi, pas udah nggak jaya lagi betulan jadi susah banget... Mau apa-apa ditahan...sekolah di tempat seadanya... Dan itu juga susah buat aku bergaul dengan teman, berprestasi di sekolah.”

Pernyataan dari MA tersebut juga menunjukkan bahwa penurunan ekonomi tidak hanya berkaitan dengan keterbatasan materi atau berkurangnya fasilitas, tetapi juga menghadirkan tantangan psikologis. MA dihadapkan pada perubahan kondisi yang dapat mengganggu kestabilan rutinitas, relasi sosial, pengembangan diri dan harapan terhadap masa depan. Dinamika tersebut berkaitan erat dengan aspek-aspek dalam *psychological well-being* yang menekankan pentingnya penerimaan diri, relasi yang positif, dan kemampuan menghadapi lingkungan secara adaptif.

Dampak penurunan status ekonomi terhadap aspek *psychological well-being* remaja juga dijelaskan melalui berbagai penelitian. Shek (2003) menemukan bahwa remaja dari keluarga dengan penurunan status ekonomi cenderung mengalami kecemasan, tekanan psikologis, dan frustrasi. Hal ini menyebabkan lemahnya aspek *environmental mastery*, seperti ketidakmampuan mengendalikan diri, menyesuaikan diri dengan lingkungan, serta membangun relasi sosial dengan individu lain. Selain itu, aspek *self-acceptance*, *personal growth*, dan *autonomy* juga menjadi lebih sulit dicapai. Temuan Mariyanti (2017) turut mendukung hal ini, dengan menunjukkan bahwa remaja dalam kondisi ekonomi sulit cenderung mengalami hambatan dalam membentuk diri positif, kesulitan mengembangkan potensi diri, pada beban hidup ketimbang proses dan pencapaian tujuan



an dinamika *psychological well-being* akibat perubahan status tercermin pada aspek *purpose in life*. Gittings *et al.* (2021) juga penurunan ekonomi keluarga menimbulkan kecemasan an, yang berakibat pada hambatan dalam pendidikan dan Di samping itu, aspek *positive relation with others* juga

menunjukkan perubahan signifikan. Penelitian Stanley *et al.* (2011) menemukan bahwa penurunan ekonomi dapat menyebabkan remaja menarik diri dari aktivitas sosial dan memperkecil ruang keterlibatan sosial, terutama ketika kehilangan status ekonomi sosial tinggi yang sebelumnya dimiliki.

Berdasarkan permasalahan tersebut, penelitian ini menjadi penting untuk dilakukan. Fenomena perubahan status ekonomi sosial pada remaja kembali menjadi sorotan dalam beberapa tahun terakhir, khususnya di kota besar. Dalam keseharian, remaja menggambarkan kondisi ini dengan istilah “kehilangan masa kejayaan orang tua”, yaitu adanya perubahan signifikan dalam kondisi finansial keluarga yang turut memengaruhi keseharian dan relasi sosial mereka. Meskipun topik ini telah dibahas dalam beberapa penelitian di Indonesia, masih terdapat keterbatasan dalam memahami perubahan status ekonomi sosial secara langsung berkaitan dengan gambaran *psychological well-being* remaja. Oleh karena itu, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi ilmiah dalam mengisi celah-tersebut, khususnya dengan pendekatan yang berfokus pada pengalaman subjektif remaja dalam menghadapi perubahan kondisi ekonomi keluarga.

1.1.1 Tinjauan Pustaka

1.1.1.1 *Psychological Well-Being*

1.1.1.1.1 Teori *Psychological Well-Being*

Teori *psychological wellbeing* merupakan teori yang dikembangkan oleh Ryff pada tahun 1989. Ryff (1989) menjelaskan bahwa *psychological well-being* merujuk pada perasaan dan pikiran individu yang mengalami fluktuasi dari kondisi negatif hingga positif ketika menjalani aktivitas di kehidupan sehari-hari. Ryff melanjutkan penjelasannya bahwa cara individu mencapai *psychological well-being* adalah dengan terdapatnya kondisi nyata individu untuk memiliki sikap positif terhadap dirinya dan individu lain, mengatur perilakunya sendiri, menciptakan dan mengelola lingkungan sesuai dengan kebutuhannya, terdapatnya tujuan hidup individu agar lebih bermakna, berusaha dan mengeksplorasi diri, serta tidak adanya gangguan psikologis. Selain itu, Ryff & Keyes (1995) mengemukakan bahwa *psychological well-being* ditandai dengan tercapainya *happiness*, kepuasan hidup, dan tidak adanya gejala gangguan psikologis.

1.1.1.1.2 Aspek *Psychological Well-Being*

Ryff (1989) menjelaskan bahwa terdapat enam aspek yang dapat menggambarkan *psychological well-being* dari individu. Keenam aspek tersebut terdiri dari penerimaan diri, hubungan yang positif dengan individu lain, otonomi, menguasai lingkungan, serta memiliki tujuan hidup. Keenam aspek tersebut dapat dielaborasi lebih lanjut sebagai berikut (Ryff, 1989):



ice merupakan aspek utama untuk mencapai kesehatan mental yang baik. Aspek ini ditandai dengan adanya fungsi optimal dan penerimaan diri menekankan pada cara individu dapat menerima peristiwa dan pengalaman hidup, baik itu di masa kini (Ryff & Keyes, 1995).

Ross & Kessler (2005) menjelaskan bahwa penerimaan diri individu melalui lima tahapan *grief*. Tahapan pertama yaitu *denial*, yaitu individu menolak dan meredam emosi negatif terhadap peristiwa yang terjadi. Kedua, *anger*, yaitu penolakan terhadap peristiwa yang tidak sesuai ekspektasi, disertai perasaan sedih, bingung, dan kesal. Ketiga, *bargaining*, yaitu individu bernegosiasi dengan harapan agar kondisi tidak memburuk meski menyadari kesakitan. Keempat, *depression*, yaitu individu merasa terpuruk, berpikir upaya sia-sia, dan cenderung menyendiri. Terakhir, *acceptance*, yaitu individu menerima kondisi diri, memahami keterbatasan diri, dan menyadari bahwa beberapa hal tidak bisa diubah.

2. *Positive Relation with Others*

Positive relation with others merupakan aspek yang menekankan cara individu untuk menjalin dan berada dalam hubungan interpersonal yang hangat dan saling percaya. Selain itu, aspek ini juga menggambarkan cara individu dalam berhubungan sosial perlu diiringi dengan perasaan cinta, empati dan kepedulian yang besar. Dengan adanya hubungan dengan orang lain, proses perkembangan hidup individu dapat mencapai tahap yang diinginkan karena individu dapat memiliki figur untuk membangun hubungan yang erat, mendapatkan bimbingan serta arah di sepanjang rentang proses kehidupannya (Ryff & Keyes, 1995).

Individu dengan tingkat *positive relation with others* yang tinggi memiliki hubungan yang hangat, saling percaya, dan memuaskan dengan orang lain. Individu-individu tersebut peduli terhadap kesejahteraan orang lain, menunjukkan empati, kasih sayang, dan keintiman yang kuat, serta memahami hubungan manusia yang saling memberi dan menerima. Sebaliknya, individu dengan tingkat rendah memiliki sedikit hubungan dekat, sulit menunjukkan kehangatan, dan merasa terisolasi serta frustrasi dalam hubungan interpersonal (Ryff & Keyes, 1995).

3. *Autonomy*

Otonomi merupakan aspek yang merujuk pada cara individu untuk mengambil keputusan atau menentukan tujuan hidupnya secara mandiri. Individu yang memiliki kemandirian yang baik secara sepenuhnya dapat mengevaluasi hal di sekitarnya melalui *locus of control internal* mereka. Dengan adanya otonomi dalam hidup individu, individu dapat bebas melakukan segala sesuatu yang disukai dan disenangi tanpa adanya rasa takut terhadap norma sehari-hari, dan kebanyakan individu yang memiliki aspek ini akan dapat mengatur tindak dan perilakunya sendiri.

Individu dengan tingkat *autonomy* tinggi mampu menentukan hidup secara mandiri, menolak tekanan sosial, dan mengatur perilaku berdasarkan evaluasi diri dengan standar pribadi. Sebaliknya, individu dengan tingkat rendah peduli pada harapan orang lain, bergantung pada penilaian orang lain untuk keputusan penting, ri dengan tekanan sosial (Ryff & Keyes, 1995)



4. *Environmental mastery*

Aspek *environmental mastery* merupakan kemampuan individu untuk dapat memilih atau menciptakan lingkungan yang sesuai dengan kondisi psikisnya. Aspek ini diperlukan karena hidup individu cukup erat kaitannya dengan dunia luar, sehingga perlu bagi individu untuk punya kemampuan dalam memanipulasi dan mengendalikan diri di lingkungan yang kompleks. Individu yang dapat menerapkan aspek ini secara efektif adalah individu yang dapat mengubah kondisi lingkungannya secara kreatif, serta dapat memanfaatkan peluang dari lingkungannya.

Individu dengan tingkat *environmental mastery* tinggi merasa kompeten mengelola lingkungan, mengendalikan diri dalam kegiatan eksternal, dan memanfaatkan peluang sekitarnya secara efektif. Sebaliknya, individu dengan tingkat rendah kesulitan mengelola urusan sehari-hari, merasa tidak mampu mengubah konteks sekitar, dan tidak memiliki kendali atas dunia eksternal (Ryff & Keyes, 1995).

5. *Purpose in life*

Aspek tujuan hidup merujuk pada kemampuan individu yang merasa yakin bahwa terdapat tujuan dan makna yang perlu dicapai di dalam hidupnya. Individu yang memiliki tujuan hidup akan merasa bahwa hidupnya terarah dan terdapat intensionalitas. Tujuan hidup individu dapat mengalami perubahan sesuai dengan proses hidupnya, maka dari itu individu perlu untuk produktif dan kreatif dalam merancang tujuan hidupnya. Selain itu, adanya tujuan hidup akan membuat individu berfungsi secara positif, punya niat dan rasa terarah dalam berkontribusi di seluruh proses kehidupannya, sehingga hidup individu lebih bermakna.

Individu dengan tingkat tujuan hidup tinggi memiliki arah yang jelas, merasa ada makna dalam kehidupan, dan memiliki keyakinan yang memberikan tujuan hidup. Sebaliknya, individu dengan tingkat tujuan hidup rendah merasa hidupnya tidak bermakna, kurang memiliki sasaran, dan tidak memiliki pandangan atau keyakinan yang memberi makna hidup (Ryff & Keyes, 1995).

6. *Personal Growth*

Aspek *personal growth* adalah kondisi yang membuat individu untuk mencapai tujuan dengan cara mengembangkan potensi untuk tumbuh dan berkembang sebagai pribadi yang utuh. Individu yang dapat mengembangkan dirinya akan sadar dan terbuka dengan segala hal yang terjadi dalam hidupnya yang salah satunya adalah pengalaman. Dengan adanya, pengembangan diri yang baik individu dapat menemukan solusi berupa pemanfaat potensi, sehingga segala masalah yang terjadi dapat diatasi.

Individu dengan tingkat *personal growth* tinggi terus berkembang, terbuka n baru, dan memiliki kesadaran akan potensi diri. Individu diri dari waktu ke waktu dan berubah menjadi lebih efektif. Dengan tingkat *personal growth* rendah merasa stagnan, tidak an, dan kesulitan mengembangkan sikap atau perilaku baru



1.1.1.1.3 Faktor-Faktor yang Memengaruhi *Psychological Well-Being*

Ryff (1989) mengemukakan bahwa terdapat faktor-faktor sosiodemografis yang dapat memengaruhi *psychological well-being* pada diri individu. Faktor tersebut dapat berupa usia, *gender*, status ekonomi sosial, pendidikan dan budaya. Beberapa faktor tersebut selengkapnya dapat dijelaskan sebagai berikut:

1. Usia

Berdasarkan penelitiannya, Ryff menemukan bahwa perbedaan *psychological well-being* individu dapat diketahui melalui kelompok usia. Individu dengan usia *young* (25-29 Tahun) dapat menggambarkan aspek *personal growth*, penerimaan diri dan tujuan hidup dengan baik. Akan tetapi, aspek hubungan positif dengan orang lain, penguasaan lingkungan dan otonomi belum dapat.

2. Gender

Ryff menjelaskan bahwa penggambaran *psychological well-being* dapat diketahui melalui perbedaan akan *gender*. Ryff menjelaskan bahwa perempuan lebih mampu menunjukkan aspek berhubungan dengan orang lain atau interpersonal dan *personal growth*. Sedangkan, laki-laki lebih mampu menunjukkan aspek penerimaan diri, otonomi dan penentuan tujuan hidup.

3. Status Ekonomi Sosial

Ryff mengemukakan bahwa penggambaran beberapa aspek dari *psychological well-being* berhubungan dengan pelabelan dari status ekonomi sosial. Perbedaan status ekonomi sosial berkaitan erat dengan fisik maupun mental individu, maka dari itu terdapat perbedaan pada tiap aspek *psychological well-being*. Namun, aspek penerimaan diri, tujuan hidup, penguasaan lingkungan dan pertumbuhan diri yang paling nampak karena status ekonomi sosial. Individu dengan status ekonomi sosial rendah diketahui lebih mudah mengalami mental dan fisik yang buruk, dibandingkan individu dengan status ekonomi sosial tinggi.

4. Pendidikan

Ryff mengemukakan bahwa pendidikan menjadi satu faktor yang dapat memengaruhi *psychological well-being* dari individu. Individu dengan tingkat pendidikan yang tinggi lebih mudah untuk mengatur hidupnya, dan mencari berbagai preferensi solusi terhadap masalahnya dibandingkan individu dengan tingkat pendidikan yang rendah.

5. Budaya

Ryff mengemukakan bahwa budaya yang menganut sistem nilai individualisme dan kolektivisme diketahui memberi dampak terhadap *psychological well-being*. Budaya barat dengan sistem individualisme menunjukkan penggambaran yang baik pada aspek penerimaan diri, dan otonomi. Selain itu, sistem kolektivisme menggambarkan nilai yang tinggi pada hubungan dengan orang lain.



1.1.1.2 Remaja

1.1.1.2.1 Perkembangan Remaja

American Psychological Association (2015) menyatakan bahwa remaja adalah fase perkembangan individu yang dimulai pada usia 10–12 tahun dengan pubertas dan berakhir sekitar usia 20 tahun dengan kematangan fisiologis. Santrock (2019) menjelaskan remaja sebagai masa transisi dari kanak-kanak ke dewasa, disertai perubahan biologis, kognitif, psikososial, dan sosioemosional. Papalia & Martorell (2024) menyebut remaja sebagai masa peralihan yang mencakup perubahan fisik, kognitif, dan psikososial. Berdasarkan ketiga definisi tersebut, remaja merupakan masa transisi perkembangan yang ditandai oleh perubahan fisik, kognitif, dan sosial, yang berlangsung dari usia sekitar 10 atau 12 tahun hingga 20 tahun, mencakup fase pubertas hingga kematangan fisiologis.

Erikson dalam teori psikososialnya menjelaskan bahwa remaja termasuk pada tahap perkembangan *Identity vs role confusion*. *Identity vs role confusion* merupakan tahap kelima dari proses perkembangan individu. Pada tahapan ini, remaja akan dihadapkan dengan penentuan gambaran diri sendiri, hal yang diinginkan, serta arah yang tepat untuk tujuan hidup individu. Terdapat banyak sekali pilihan konsep, citra, maupun komponen hidup yang membuat remaja menetapkan hal yang sesuai dengan dirinya sendiri. Selain itu, remaja akan secara bertahap menyadari bahwa remaja akan bertanggung jawab atas diri dan kehidupan sendiri, serta mencari tahu hal yang akan terjadi pada kehidupannya di masa depan (Santrock, 2019).

1.1.1.2.2 Faktor yang Memengaruhi Perkembangan Remaja

A. Faktor Internal

1. Personality

Personality atau kepribadian juga menjadi hal yang dapat mendukung pencarian identitas diri remaja. Pencarian identitas diri remaja melalui kepribadian merujuk pada karakteristik, sifat atau *trait* tertentu sebagai hal-hal yang dapat menggambarkan diri individu. Kepribadian bagi remaja merupakan suatu hal yang dapat dengan mudah berubah (Santrock, 2019).

Personality remaja berupa ego, moral, harga diri dan juga kepastian diri dapat mengantarkan remaja untuk menjalin hubungan yang dekat dengan individu lainnya. Selain itu, adanya pikiran dan emosi yang positif maupun negatif diketahui dapat memengaruhi proses pencarian diri tersebut (Papalia & Martorell, 2024).

2. Biologis

Penampilan fisik merupakan sesuatu yang dapat membentuk identitas diri dari remaja. Erikson menjelaskan bahwa remaja akan berusaha semaksimal mungkin untuk menampilkan bentuk fisik, seperti tubuh dan juga wajah mereka sesuai dengan konteks sosial tertentu. Hal tersebut akan membuat remaja merasa nyaman dengan dirinya. Selain itu, faktor seksualitas atau orientasi seksual juga akan mempengaruhi pencarian identitas diri remaja adalah remaja yang menyesuaikan diri dengan lingkungan yang dapat membentuk keterkaitan romantis dan seksual dengan individu lain (Papalia & Martorell, 2024).



B.Faktor Eksternal

1.Orang Tua

Orangtua memengaruhi pencarian identitas diri remaja merujuk pada orangtua yang dapat mendorong otonomi atau kemandirian remaja dalam berhubungan sosial. Selain itu, figur orangtua juga terlibat dalam mengantarkan remaja untuk memilih preferensi komponen, seperti konsep atau citra diri yang nanti akan ditampilkan remaja secara berbeda-beda di masyarakat. Hal yang dilakukan orangtua perlu diiringi dengan gaya kepengasuhan kepada remaja, yaitu diterima atau ditolak (Santrock, 2019; Maria dalam Papalia & Martorell, 2024).

2.Teman

Pencarian identitas diri remaja juga dapat diketahui melalui adanya teman atau rekan sebaya. Dalam mengeksplorasi identitasnya, teman dekat merupakan salah satu faktor yang dapat membuat remaja menjadi lebih terbuka dan aktif terkait pengungkapan hal yang ada di dirinya. Selain itu, teman juga merupakan tempat yang aman bagi remaja dalam mengeksplorasi pengalaman identitas karena teman akan banyak memberikan penilaian terhadap hal yang ada pada remaja. (Berger, 2020; Santrock, 2019).

3.Pasangan

Pencarian identitas diri dari remaja juga dapat didukung oleh pasangan atau ketika remaja terlibat dalam hubungan yang romantis. Remaja dan pasangannya akan bersama-sama membangun diri dengan cara mereka masing-masing, dan nantinya akan ada proses evaluasi antar keduanya. Remaja yang terikat dan merasa aman dan nyaman ketika bersama pasangannya akan memengaruhi identitas dirinya, khususnya sebagai pasangan (Santrock, 2019).

4. Status Ekonomi Sosial

Remaja yang mencari identitas diri dapat didukung oleh status ekonomi sosial. Status tersebut didapatkan dari para orangtua remaja. Status ekonomi sosial tersebut merupakan suatu hal yang diturunkan atau diwariskan oleh para orangtua remaja. Status ekonomi sosial ini bermanfaat bagi remaja, khususnya dalam mengetahui identitas diri yang didukung melalui kekayaan, pendidikan dan juga pekerjaan dari orangtua (Weinberg *et al.*, 2019). Status ekonomi sosial berperan terhadap pencarian identitas diri remaja akan mengantarkan remaja untuk memiliki pikiran, perasaan dan juga kepercayaan bahwa kemampuan yang dimiliki dapat mengantarkan remaja mudah untuk berprestasi (Jimenez, Hollingsworth & Zucchelli, 2024).

5. Budaya

Budaya juga memiliki pengaruh terhadap pembentuk identitas diri dari remaja. Budaya akan menjadi dua, yaitu individualistic dan kolektivistik. Remaja individualistic akan memberikan otonomi sendiri kepada remaja untuk membentuk identitas dirinya yang sesuai. Sementara itu, remaja dengan budaya kolektivistik adalah remaja yang membentuk identitas diri mereka melalui dukungan dari individu lain maupun kelompok. Remaja dengan budaya kolektivistik juga lebih banyak didampingi oleh orangtua, maupun keluarga untuk menentukan identitasnya (Santrock, 2019).



1.1.1.3 Status Ekonomi Sosial

American Psychological Association (2015) menyebut status ekonomi sosial sebagai kedudukan individu atau kelompok berdasarkan pendapatan, pendidikan, pekerjaan, dan tempat tinggal. Weber dalam Giddens *et al.* (2018) mendefinisikannya sebagai penggolongan berdasarkan prestige dan kehormatan sosial, baik yang diberikan orang lain maupun diperoleh sendiri. Soekanto (2019) menjelaskan status ini sebagai posisi individu atau keluarga dalam masyarakat yang berkaitan dengan pergaulan, prestige, hak, dan kewajiban. Berdasarkan ketiga definisi, status ekonomi sosial merupakan posisi individu berdasarkan unsur ekonomi dan sosial yang membentuk identitas sosialnya.

1.1.1.3.1 Teori *Social Class World View Model*

Dalam psikologi, salah satu teori yang dapat menjelaskan status ekonomi sosial adalah *social class world view model*. *Social class world view model* merupakan cara pandang individu dapat dipengaruhi oleh persepsi kelas sosial, perasaan, lingkungan ekonomi, dan budaya individu. Teori ini ditegakkan dalam beberapa asumsi, yaitu kelas sosial merupakan sesuatu yang beroperasi menggambarkan individu secara subjektif di tingkat tertentu, kelas sosial berasal dari persepsi individu terhadap lingkungannya, kelas sosial digunakan oleh individu untuk mengatasi tuntutan dan harapan budaya ekonomi mereka, serta kelas sosial merupakan peluang yang dapat memaksimalkan peran individu dalam lingkungan ekonomi dan sosial (Liu *et al.*, 2004).

1.1.1.3.2 Aspek *Social Class World View Model*

Liu *et al.* (2004) menjelaskan bahwa *social class world view model* terdiri dari lima aspek yang perlu berhubungan satu sama lain agar dapat menggambarkan individu di kelas sosial tertentu. Adapun penjelasan aspek tersebut dapat dijelaskan sebagai berikut (Liu *et al.*, 2004):

1. Kesadaran sikap dan pengetahuan

Aspek ini didefinisikan sebagai kemampuan individu dalam mengartikulasikan dan memahami relevansi dan kebermaknaan hidupnya melalui kelas sosial dan lingkungannya. Dengan cara, individu memiliki kesadaran bahwa dirinya merupakan bagian dari sistem kelas sosial tertentu, dan kelas sosial berperan terhadap hidupnya.

2. Kelompok referensi

Aspek Kelompok referensi dapat mengantarkan individu untuk diperhatikan oleh individu lain khususnya dalam mensosialisasikan pesan-pesan tertentu sesuai dengan kelas sosialnya, dan hal ini yang dapat membuat perbedaan identitas antar individu.



likan

gunakan untuk menggambarkan peran materialism dalam peran materialism tersebut merujuk pada properti yang dimiliki berfungsi agar individu dapat dihargai dengan orang lain, dapat diri mereka sendiri, memberikan pandangan sebagian dunia di sesuatu untuk mengesampingkan orang lain.

4. Gaya Hidup

Aspek gaya hidup didefinisikan sebagai cara individu dalam memilih dan mengatur waktu, sumber daya mereka dalam konteks kelas sosial tertentu agar tetap kongruen dengan budaya ekonomi dari individu. Gaya hidup sendiri perlu disesuaikan dengan modal, budaya, kondisi ekonomi serta konteks masyarakat agar individu mengetahui perbedaan waktu dan sumber daya yang dapat menggambarkan dirinya sesuai dengan kelas sosial mereka masing-masing.

5. Perilaku

Aspek perilaku merupakan hasil manifestasi dari pandangan individu terkait kelas sosial karena individu perlu menyesuaikan dan juga meninggalkan perilaku tertentu.

1.1.1.3.3 Klasifikasi Status Ekonomi Sosial

Arifin & Noor dalam Wijianto & Ulfa (2016) menjelaskan bahwa individu dapat dikategorikan menjadi tiga golongan yang dapat dijelaskan sebagai berikut:

1. Kelas atas (*upper class*) merupakan individu yang berada pada kehidupan yang elit dan kaya raya karena tingginya tingkat pendapatan. Individu tersebut seperti individu dengan golongan kaya raya, kelompok eksekutif, dan sebagainya.
2. Kelas menengah (*middle class*) merupakan individu yang berada pada tingkat kehidupan yang sedang maupun menengah. Individu tersebut terdiri dari individu dengan golongan kaum profesional dan para pengusaha yang memiliki usaha dan toko kecil.
3. Kelas bawah (*lower class*) merupakan individu yang berada pada tingkat rendah karena memperoleh pendapatan atau upah kerja yang jumlahnya jauh lebih sedikit dibandingkan dengan kebutuhan pokok. Individu tersebut terdiri dari individu dengan golongan buruh atau petani.

Tingkat status ekonomi sosial Individu di Indonesia dapat diketahui melalui penggolongan dari hasil pendapatan yang diterimanya. Pendapatan merupakan imbalan yang diterima oleh individu dalam bentuk uang maupun barang berdasarkan pekerjaan individu. Berdasarkan data BPS (2023) dapat diketahui pendapatan penduduk Indonesia dibedakan menjadi 3 golongan yang terdiri dari:

- a. Status ekonomi sosial menengah ke atas merupakan individu maupun keluarga yang memperoleh pendapatan lebih dari Rp6.000.000/bulan
- b. Status ekonomi sosial menengah merupakan individu maupun keluarga yang memperoleh pendapatan dengan rentang Rp2.300.000 – Rp.6.000.000/bulan
- c. Status ekonomi sosial menengah ke bawah merupakan individu maupun keluarga yang memperoleh pendapatan di bawah Rp2.300.000/bulan

Berhubungan dengan pendapatan, tingkat status ekonomi sosial masyarakat



berhubungan dengan pekerjaan. Pekerjaan merupakan suatu tidak hanya untuk mendapatkan upah, melainkan agar asi dirinya sebagai seorang manusia. Berdasarkan data dari BPS (2023) terdapat beberapa pekerjaan yang dapat idu ke dalam status ekonomi sosial tertentu sebagai berikut:

sial tingkat atas merupakan individu dengan jenis pekerjaan han dan tata laksana

2. Status ekonomi sosial tingkat menengah merupakan individu dengan jenis pekerjaan pejabat pelaksana, tenaga tata usaha, tenaga Ybdi, tenaga profesional, tenaga teknisi, tenaga usaha jasa dan tenaga usaha penjualan
3. Status ekonomi sosial tingkat bawah merupakan individu dengan jenis pekerjaan tenaga usaha pertanian, perkebunan, perikanan, kehutanan dan perburuan

1.1.1.3.4 Perubahan Status Ekonomi Sosial

Perubahan status ekonomi sosial merupakan kondisi ketika individu mengalami peralihan pada tingkat dan peran sosialnya, yang berdampak pada penurunan pendapatan, pendidikan, asuransi, kebutuhan rumah tangga, dan kepemilikan aset (Barakat & Konstantinisid, 2023). Selain itu, perubahan ini juga mencakup aspek personal dan sosial individu yang memengaruhi kondisi keluarga, pendidikan, pendapatan, serta fungsi sosial di masyarakat (Long & Renbarger, 2023).

Dalam studi mobilitas sosial, status ekonomi sosial dapat berubah naik atau turun, mengarahkan individu atau kelompok ke kelas sosial yang berbeda akibat perubahan pekerjaan, kekayaan, atau pendapatan (Giddens *et al.*, 2018). Mobilitas ini terbagi menjadi dua bentuk: mobilitas antargenerasi, yaitu perubahan posisi status anak dibandingkan orang tua, dan mobilitas intragenerasi, yaitu perubahan status dalam satu generasi. Keduanya dapat mengarahkan individu pada mobilitas ke atas atau ke bawah secara struktural, dipengaruhi oleh pendidikan, kekayaan keluarga, dan pendapatan. Penurunan status ekonomi sering dialami oleh individu dari kelompok menengah, khususnya saat dewasa, akibat tidak dimanfaatkannya potensi dan pengetahuan secara optimal, kehilangan pekerjaan, perceraian, dan faktor lainnya (Giddens *et al.*, 2018).

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah tersebut, maka penelitian ini mengangkat rumusan masalah, yaitu Bagaimana gambaran *psychological well-being* remaja yang mengalami perubahan status ekonomi sosial?

1.3 Tujuan dan Manfaat

1.3.1 Tujuan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran *psychological well-being* remaja yang mengalami perubahan status ekonomi sosial

1.3.2 Manfaat Penelitian

1.3.1.1 Manfaat Teoritis



Secara teoritis, penelitian ini memberikan kontribusi terhadap ilmu di bidang psikologi positif, terutama dalam memahami *psychological well-being* remaja yang mengalami tekanan akibat status ekonomi sosial. Penelitian ini juga membuka ruang bagi penguatan ilmu dalam mendampingi kesehatan mental remaja melalui aspek *psychological well-being* secara mendalam

1.3.1.2 Manfaat Praktis

1. Bagi remaja

Manfaat penelitian ini adalah memberikan pemahaman kepada remaja bahwa dalam proses perkembangannya, mereka mungkin menghadapi perubahan status ekonomi sosial yang berdampak pada *psychological well-being*. Oleh karena itu, remaja perlu mempersiapkan diri agar tetap mampu menjaga *well-being*.

2. Bagi orang tua

Manfaat dari hasil penelitian ini adalah memberikan informasi kepada orangtua bahwa status ekonomi sosial yang dimilikinya dapat mendukung proses perkembangan anak, khususnya remaja yang dalam tahap *identity vs role confusion* agar kesehatan mental anaknya dapat berada di kondisi yang semestinya



BAB II METODE PENELITIAN

2.1. Jenis dan Desain Penelitian

Jenis dan pendekatan yang digunakan pada penelitian ini adalah pendekatan kualitatif deskriptif. Kualitatif deskriptif adalah pendekatan yang digunakan untuk memahami, dan menggambarkan fenomena dari perilaku dan peristiwa manusia secara alami, dengan menekankan pada persepsi, makna, konsep dan gejalanya dari individu. Kemudian, hasil data disajikan dalam bentuk naratif dan deskriptif (Creswell, 2014). Pendekatan kualitatif deskriptif dipilih untuk memahami secara mendalam fenomena perubahan status ekonomi sosial dan menggambarkan pengalaman subjektif remaja terkait *psychological well-being* melalui wawancara.

Unit analisis dalam penelitian ini adalah individu, yaitu remaja yang mengalami perubahan status ekonomi sosial dalam lima tahun terakhir. Unit ini dipilih karena penelitian berfokus pada pengalaman subjektif masing-masing remaja dalam merespons perubahan ekonomi keluarga, terutama terkait dinamika *psychological well-being*. Dengan demikian, setiap responden diposisikan sebagai fokus analisis utama untuk menggambarkan fenomena yang diteliti secara mendalam.

2.2. Sumber Data

Sumber data dalam penelitian ini adalah individu, yaitu remaja yang mengalami perubahan status ekonomi sosial. Penentuan sumber data dilakukan dengan menggunakan teknik *purposive*, yaitu teknik penentuan partisipan berdasarkan pertimbangan dan kriteria tertentu (Sugiyono, 2017). Adapun responden utama penelitian ini adalah remaja yang secara langsung mengalami perubahan status ekonomi sosial, dan dapat memberikan informasi mengenai pengalaman tersebut, terutama dalam kaitannya dengan *psychological well-being*. Adapun kriteria pemilihan responden penelitian ini terdiri dari:

A. Kriteria Umum

1. Remaja berusia 12-20 tahun di kota-kota besar Indonesia
2. Mengalami perubahan status ekonomi sosial dalam lima tahun terakhir

B. Kriteria khusus (memenuhi salah satu dari kondisi berikut):

1. Remaja dengan orangtua yang memiliki pekerjaan dengan jabatan tinggi menjadi rendah
2. Remaja dengan orang tua yang memiliki pekerjaan sebagai pegawai atau karyawan negeri maupun swasta menjadi tidak memiliki pekerjaan
3. Remaja dengan orangtua yang memiliki usaha pailit atau bangkrut.



atas umumnya berdampak langsung pada berkurangnya pendapatan kemudian dipertimbangkan sebagai salah satu alasan penelitian. Oleh karena itu, kriteria ini dijadikan indikator proses seleksi responden.

Penelitian dilaksanakan pada bulan Januari hingga Maret 2025. Lokasi penelitian ini meliputi beberapa kota besar di Indonesia. Adapun lokasi tersebut dipilih karena merepresentasikan karakteristik kota besar dan wilayah urban di Indonesia yang memiliki dinamika ekonomi cukup tinggi. Selain itu, pemilihan lokasi didasarkan pada kecenderungan masyarakat berstatus ekonomi menengah ke atas di wilayah tersebut yang rentan mengalami penurunan status ekonomi sosial. Kerentanan ini dipengaruhi oleh tingginya standar kebutuhan hidup yang tidak sebanding dengan pendapatan atau upah yang diterima (Purwanto dalam www.kompas.id, 2024; Kusumaningrum *et al.*, 2021).

2.3 Teknik Pengumpulan Data

2.3.1 Wawancara

Penelitian ini perlu untuk mengumpulkan informasi secara mendetail, maka dari itu penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif yang memerlukan fenomena yang diteliti, maka dari itu penelitian ini akan menggunakan teknik pengumpulan data dengan cara wawancara semi-terstruktur. Wawancara semi-terstruktur adalah wawancara dengan cara responden yang diteliti memberikan jawaban yang bebas dan tidak dibatasi, akan tetapi jawaban responden yang diteliti tidak boleh keluar dari tema yang sudah ditentukan (Sugiyono, 2017).

Penelitian ini menggunakan teknik wawancara semi-terstruktur terkait pengalaman remaja dalam memandang kesehatan mentalnya ketika mengalami perubahan status ekonomi sosial. Pelaksanaan wawancara merujuk pada penyampaian topik yang diangkat, dilakukan lebih dari satu pertemuan, serta waktu dan tempat pelaksanaan akan disesuaikan dengan kesepakatan antara peneliti dan informan.

2.4. Teknik Analisis Data

Penelitian ini menggunakan analisis data dengan teknik *theory driven*. Analisis tematik *theory driven* dilakukan dengan cara mengidentifikasi terlebih dahulu tema yang digunakan, dan data kemudian dikodekan secara deduktif dari data kualitatif mentah dengan merujuk pada teori yang digunakan (Boyatzis, 1998). Data mentah yang dianalisis merupakan hasil wawancara yang telah didapatkan diubah ke dalam bentuk verbatim, dianalisis dan diinterpretasi dengan teknik *content analysis*.

Teknik *content analysis* yang digunakan meliputi pengkodean, menentukan tema, dan menganalisis menurut teori dasar. Tahap akhir dari penelitian adalah memberikan kesimpulan yang mengarah pada jawaban dari pertanyaan penelitian



ik analisis yang digunakan dalam penelitian ini dibantu oleh a, yaitu ATLAS.Ti. Creswell & Creswell (2018) mengungkapkan langkah untuk melakukan teknik analisis data yang dapat diikuti:

Peneliti perlu untuk mengatur dan menyiapkan data yang akan

2. Tahap 2: peneliti perlu untuk membaca atau melihat semua data.
3. Tahap 3: peneliti dapat memulai mengkodekan semua data.
4. Tahap 4: peneliti membuat deskripsi dan tema.
5. Tahap 5: peneliti perlu untuk mempresentasi deskripsi dan tema. Langkah yang dilakukan, yaitu menggunakan narasi untuk temuan analisis.

2.5 Teknik Keabsahan Data

Keabsahan data merupakan teknik pemeriksaan yang mengandalkan uji kredibilitas, uji transferabilitas, dan uji konfirmabilitas. Hal tersebut perlu dilakukan agar data yang diperoleh dapat tepat, kredibel dapat dipercaya, dan keabsahan data digunakan agar data dapat dipertanggung jawabkan dengan oleh peneliti secara ilmiah. Berikut merupakan uji keabsahan data yang digunakan dalam penelitian ini:

1. Uji Triangulasi

Penelitian ini menggunakan teknik triangulasi teori, yaitu triangulasi yang menggunakan lebih dari satu perspektif teoritis atau hipotesis saat menganalisis suatu fenomena. Tujuan dari penggunaan triangulasi ini adalah untuk menerapkan perspektif dan pertanyaan agar dapat mendukung maupun membantah suatu temuan. Dalam penggunaan triangulasi ini, hasil dari penelitian kualitatif berupa sebuah informasi atau thesis statement yang kemudian dibandingkan dengan perspektif teori yang relevan untuk menghindari bias individual peneliti atas temuan atau kesimpulan yang dihasilkan. Selain itu, triangulasi teori juga dapat meningkatkan kedalaman pemahaman jika peneliti mampu menggali pengetahuan teoritik secara mendalam atas hasil data yang telah diperoleh (Susanto, Risnita, & Jailani, 2023; Thurmond, 2001).

2. Menggunakan bahan referensi

Penelitian ini juga dilengkapi dengan menggunakan bahan referensi, yaitu pendukung untuk membuktikan data yang ditemukan oleh peneliti merupakan *authentic*, seperti hasil wawancara dengan informan utama dilengkapi dengan rekaman audiovisual.

2.6 Prosedur Penelitian

2.6.1 Tahap Persiapan

Tahap persiapan dilakukan sebelum melakukan pengambilan data. Tahapan ini dimulai dengan penyusunan proposal penelitian yang mencakup penentuan topik maupun isu yang diangkat, *review* literatur, perumusan masalah, kajian teori maupun konsep, serta metode yang diaplikasi dalam penelitian ini. Penyusunan proposal penelitian ini dibersamai oleh dosen pembimbing, yaitu Ibu Susi Susanti, S.Psi., MA



jevaluasi dan membimbing peneliti. Selain itu, peneliti juga wawancara yang merujuk pada teori *psychological well-being ideline* wawancara digunakan untuk mengeksplorasi aspek *vell-being* pada remaja secara mendalam dan sistematis.

2.6.2 Tahap Pelaksanaan

Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Januari hingga Maret 2024. Peneliti terlebih dahulu menyebarkan formulir konfirmasi data diri kepada calon responden guna mengidentifikasi kesesuaian dengan kriteria yang telah ditetapkan. Formulir ini berisi pertanyaan terbuka mengenai latar belakang ekonomi identitas, dan kontak responden. Formulir ini digunakan untuk mengonfirmasi kriteria, bukan untuk seleksi awal.

Melalui penyebaran formulir tersebut, peneliti memperoleh lima orang remaja yang memenuhi kriteria. Selanjutnya, peneliti menghubungi para remaja tersebut untuk mengatur jadwal pelaksanaan wawancara. Adapun lokasi dan waktu wawancara disesuaikan dengan kondisi masing-masing responden, dan dilakukan baik secara tatap muka dan daring tergantung sesuai dengan kesiapan responden.

Pelaksanaan wawancara semi-terstruktur dilakukan dengan merujuk pada *guideline* wawancara yang telah disediakan. Sebelum wawancara dimulai, peneliti memberikan lembar *informed consent* yang menjelaskan tentang tujuan penelitian, hak responden, serta jaminan kerahasiaan data. Peneliti juga meminta izin untuk merekam proses wawancara dan menjaga keakuratan data. Setiap wawancara dilakukan sebanyak dua kali pertemuan, dengan masing-masing sesi berlangsung selama 1,5 hingga 2 jam. Durasi dan jumlah sesi tersebut disesuaikan dengan kelancaran dan informasi yang diperoleh dari responden. Adapun rincian waktu pelaksanaan wawancara terhadap masing-masing partisipan adalah sebagai berikut:

1. Responden 1 (G) : 5 Januari dan 17 Maret 2025
2. Responden 2 (H) : 6 Januari dan 19 Maret 2025
3. Responden 3 (D) : 16 Januari dan 24 Maret 2025
4. Responden 4 (B) : 19 Januari dan 27 Maret 2025
5. Responden 5 (M) : 15 Februari dan 11 Maret 2025

2.6.3 Tahap Penyusunan Laporan

Data yang telah diperoleh dari proses wawancara disusun dalam bentuk transkrip verbatim. Selanjutnya, transkrip dianalisis menggunakan teknik *thematic analysis*, yaitu *theory driven* yang mengacu pada kerangka *psychological well-being* dari Ryff (1989). Analisis ini dibantu oleh *content analysis* untuk mengelompokkan data berdasarkan tema dan indikator tertentu dari fokus penelitian.

Keabsahan data diuji melalui teknik triangulasi, terutama triangulasi teori dengan membandingkan hasil temuan lapangan dengan teori *psychological well-being* serta teori pendukung lain yang relevan. Setelah proses analisis dan pengujian data selesai, peneliti mendiskusikan hasil temuan bersama dosen pembimbing untuk memastikan validitas isi dan interpretasi data. Hasil akhir dari proses ini disusun

penelitian.

